

FICHE ESCALADE

L'épreuve consiste à se préparer et s'équiper (grimpeur/assureur) pour grimper en tête et descendre en moulinette une voie plus ou moins connue tirée au sort parmi deux voies possibles de même cotation, de difficulté allant du 3c au 6a (dégaines en place).

La voie devant être grimpée dans un temps maximum de 8 minutes .

Après une chute l'escalade continue à partir de l'endroit de la chute.

Arrêt de l'épreuve:

- temps supérieur à 8 mn
- erreur de mousquetonnage (mousquetonnage à l'envers ou yoyo) non corrigée immédiatement ou non mousquetonnage de tous les points.
- 2^e chute

Dans le cas d'un arrêt de l'épreuve, la hauteur gravie détermine les points de cotation, ceux ci seront obligatoirement inférieurs à la moitié des points prévus pour le niveau de difficulté tenté.

1ère dégainé	2è dégainé	3è dégainé	4è dégainé	5è dégainé	6è dégainé	totalité
1/12è des pts	2/12è des pts	3/12è des pts	4/12è des pts	5/12è des pts	6/12è des pts	12/12è des pts

La prestation d'assurage est évaluée au cours du grimper du partenaire.

COTATION de la VOIE / 10 Points										
Cotation	3a	3b	3c	4a	4b	4c	5a	5b	5c	6a
Filles	2.5	3.5	4.5	5.5	6	7	8	9	10	
Garçons	1.5	2.5	3.5	4.5	5.5	6	7	8	9	10

EVOLUTION du GRIMPEUR / 4 Points		
1 à 2	3	4
Progression sans relâchement avec un centre de gravité qui reste entre les appuis	Progression d'intensité variée avec un CG majoritairement à la verticale des appuis	Progression fluide avec un CG qui peut dépasser la verticale des appuis. Les lignes d'action (dissociation main/pied) sont privilégiées.

COORDINATION GRIMPER/S'ASSURER / 3 Points			
0	1	2	3
Erreur de passage de corde (sens et yoyo)	Erreur de mousquetonnage corrigée immédiatement. Descente irrégulière, recherche de verticalité.	Maladresse du mousquetonnage (à 2 mains, plusieurs tentatives) mais correct. Redescente buste éloignée de la paroi.	Mousquetonnage intégré dans la progression (rapidité, économie). Redescente régulière et fluide (espace arrière construit).

COORDINATION GRIMPEUR/ASSUREUR / 3 Points		
1	2	3
Assure mais donne et reprend le mou avec retard. Rythme irrégulier en descente Peu de communication	Gestion (donne et reprend) du « mou » sans décalage avec la progression du grimpeur, contrôle de la tension de la corde. Langage approprié Descente régulière Efficacité du blocage en cas de chute	Excellente coordination grimpeur/assureur, donne et reprend le mou dans la progression du grimpeur. Langage adapté Descente régulière Assurage dynamique.