

# Notice d'information pour les inscriptions aux cours enfants du club Escapilade pour la saison 2024/2025

Vous envisagez de nous confier pour la première fois votre enfant pour un cours d'escalade ou de renouveler son inscription suite à une première saison, voici quelques éléments qui vous seront utiles pour l'inscription.

## Comment vont se dérouler les inscriptions ?

Les inscriptions se dérouleront cette année au gymnase St. Louis de 17 à 19:00 :

- Le mardi 10 septembre pour les réinscriptions des jeunes ayant déjà été inscrit lors de la saison précédente.
- Le mercredi 11 septembre pour les nouveaux adhérents

Nous ne pouvons malheureusement accueillir tous les enfants des parents qui nous sollicitent (les bénévoles ne sont pas assez nombreux) donc cela se fait par ordre d'arrivée le second jour. Il est donc important de se déplacer et de venir avec son dossier d'inscription complet (formulaire, certificat médical ou de santé et paiement).

Cette soirée est également l'occasion que vous rencontriez les encadrants à qui vous allez confier vos enfants. L'adhésion au club s'accompagne de la prise de la licence à la FFME qui comprend l'assurance minimale et des possibilités de garanties facultatives. Un accès individualisé au site myFFME vous sera donné.

## Pour le paiement de l'adhésion, quelles sont les possibilités ?

Selon conditions d'âge de l'enfant de de ressources, il existe 2 dispositifs :

- le Pass'sport (<https://www.sports.gouv.fr/pass-sport-une-aide-financiere-la-pratique-sportive-295>)
- et le Pass'région (<https://www.auvergnerhonealpes.fr/passregion>) qui proposent une aide aux cotisations entre-autres sportives.

Si vous êtes éligibles à ces aides, veuillez à venir avec le ou les codes de ces dispositifs et vous ne paierez que le différentiel de prix entre la cotisation et le montant de ces aides.

Si vous avez des chèques vacances, vous pouvez également les apporter. Un paiement en 3 fois est exceptionnellement envisageable sur la base de 3 chèques.

Enfin, une attestation de cotisation peut vous être délivrée pour solliciter une participation d'organismes tels que les comités d'entreprises ou comité social et économique ...

## Dans quel cours sera mon enfant ?

Les cours sont répartis par tranche d'âges (et pas forcément par niveau) selon le tableau suivant :

Année de naissance	Age à fin 2025	Catégorie FFME	Jour & horaire des cours	Lieu des cours
2008	17	U18		Gymnase St Louis
2009	16	U18	Jeudi	
2010	15	U16	18:30/20:00	
2011	14	U16		
2012	13	U14		
2013	12	U14	Mercredi	
2014	11	U12	18:30/20:00	
2015	10	U12		
2016	9	U10	Mardi	
2017	8	U10	18:30/20:00	
2018	7	U8		

## Comment se déroulent les cours ?

Notre objectif est qu'ils découvrent la pratique, y prennent du plaisir et qu'ils puissent arriver à une autonomie sur structure artificielle.

La pratique intègre 2 disciplines :

- La voie où évoluent les grimpeurs « en second » (ou en « moulinette ») puis « en tête » encordés et assurés sur un mur d'escalade d'une hauteur de 8 mètres
- Et le bloc : qui se pratique sans corde, ni baudrier, ni dégaines sur une hauteur réduite (4 à 5 mètres) au-dessus d'un épais tapis de réception

Les cours sont assurés par des encadrants uniquement bénévoles, formés par la FFME et le nombre d'enfants accueillis est limité à notre capacité d'encadrement (8 enfants maxi par encadrant).

La progression des jeunes est suivie et validée par un dispositif de passeports (blanc, jaune ...) qui allie la technique, la sécurité, le comportement et la connaissance de l'environnement des activités.

Les cours intègrent des exercices afin qu'ils pratiquent les 2 disciplines avec éventuellement une répartition par groupe de niveau dans le créneau concerné.

Des sorties de fin de trimestre peuvent être proposées dans un autre lieu intérieur voire en milieu naturel.

Les parents jouent un rôle primordial dans la création d'un environnement favorable à l'épanouissement sportif de leurs enfants, néanmoins durant le cours d'escalade, il est souhaitable que les enfants restent seuls pour rester focaliser sur le cours.

### **Quel matériel est nécessaire ?**

Le baudrier et les chaussons d'escalade sont les seuls équipements spécifiques nécessaires qu'il vous conviendra d'approvisionner ainsi une tenue de sport qui permette de bien bouger est suffisante.

Important : le baudrier est un équipement de sécurité individuel d'une durée de vie maximale de 10 ans (à partir de la date de fabrication). Nous avons un partenariat avec le magasin **Cabesto** (19 place Chavanelle, 42000 Saint-Étienne) qui proposera (aux seuls parents des jeunes pratiquants) un baudrier réglable et évolutif avec la taille de l'enfant (modèle Beal Aero team) au prix attractif de 32€ et des chaussons à 28€ (modèle Speedy) ou 45€ (modèle Prime) selon la pointure. Vous restez libres de choisir d'autres modèles dans ce magasin ou d'autres.

Pendant le premier mois de pratique, le club peut prêter un baudrier, sous réserve de disponibilité, de même certains parents nous laissent des chaussons qui sont ensuite mis à disposition des jeunes.

Le matériel collectif est fourni et maintenu par le club, il s'agit des cordes, des mousquetons et des dispositifs d'assurance.

### **Comment se passe la communication avec les encadrants ?**

Un groupe WhatsApp sera créé pour chacun des cours avec les numéros de téléphone des parents et des encadrants (pas des enfants) pour la saison. Ce sera le moyen privilégié pour échanger entre nous sur des sujets tels que :

- Absence des enfants (c'est mieux si nous sommes prévenus)
- Évènements planifiés ... ou pas (sorties extérieures, indisponibilité mur escalade, compétitions à venir ...)
- Consignes particulières entre nous pour accompagner au mieux vos enfants.

Le club vous informera des évènements et d'informations d'ordre plus général au travers de son site et des réseaux sociaux en cours de mise à jour.

Et nous doublerons certaines communications importantes par des courriels, notre adresse courriel est : [jeunes@escapilade.fr](mailto:jeunes@escapilade.fr)

### **Quelques autres points ...**

- Les jeunes adhérents mineurs non accompagnés d'un adulte membre du club ne peuvent accéder à la salle que pendant le créneau de cours qui leur est réservé chaque semaine (mardi, mercredi ou jeudi).
- Certaines activités des groupes enfants ou adultes vous seront ouvertes en cours d'année, cela peut vous permettre de découvrir voire de partager l'activité avec vos enfants. La première opportunité sera proposée lors du «[Vertiroc](#)» qui se tiendra les 12 et 13 octobre à Planfoy et vous proposera sur 1/2 journée (voire plus) de vous initier et/ou de vous perfectionner aux techniques de progression sur rocher : via ferrata, parcours montagne, escalade.
- Les documents d'inscription sont disponibles sur cette [page](#) et en pages suivantes.

## **CONDITIONS D'ADHESION AU CLUB ESCAPILADE**

Pour toute nouvelle adhésion au club escapilade ou renouvellement, vous :

- Reconnaissez avoir été informé que l'adhésion au club s'accompagne de la prise de la licence à la FFME.
- Reconnaissez que l'adhésion au club entraîne l'acceptation du règlement intérieur du club ainsi que celui de la FFME.
- Attestez avoir remis au club un certificat médical (datant de moins d'un an) de non contre-indication pour la pratique de l'escalade
- Attestez avoir pris connaissance de la notice d'information concernant les garanties d'assurance proposées avec la licence ainsi que les garanties de personnes facultatives et avoir remis au club l'accusé d'information et d'adhésion aux contrats d'assurance FFME dûment signé.
- S'engagez à utiliser des équipements de protection individuelle (EPI) répondant aux normes d'utilisation

Le club et la FFME pourront être amenés à utiliser vos données personnelles (notamment l'adresse électronique pour des finalités fédérales, notamment envoi de l'attestation de licence. A cette fin, les informations collectées seront susceptibles de donner lieu à un traitement informatique par le club et la FFME.

Par ailleurs sur le site de la FFME, rubrique My FFME, Intranet, vous pourrez avec vos identifiants, indiquer si vous acceptez de recevoir des offres pour les événements de la FFME et des offres commerciales de la part du club partenaire, de recevoir gratuitement par mail la lettre d'information et le magazine en ligne de la FFME :

A tout moment, conformément à l'article 40 de la loi « Informatique et Libertés » du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression de données vous concernant.

Pour l'exercice de ces droits, vous êtes invités à vous adresser :

- Au Club (MILLET Guillaume - [escapilade@escapilade.fr](mailto:escapilade@escapilade.fr))
- Et à la FFME : [info@ffme.fr](mailto:info@ffme.fr) ou au 8/10 quai de la Marne 75019 PARIS

Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement de vos données. Pour toutes informations sur la protection des données individuelles, veuillez consulter le site de la CNIL ([www.cnil.fr](http://www.cnil.fr)).

Le Bureau Escapilade

ESCAPILADE  
Fiche d'inscription jeunes  
Saison 2024 / 2025



La fiche d'inscription doit être accompagnée d'un chèque à l'ordre d'Escapilade et **d'un certificat médical.**

Le matériel de sécurité individuel (baudrier) est à acheter possibilité de prêt pendant le premier mois sous réserve d'équipements disponibles.

Nouvelle inscription  Renouvellement, numéro de licence : \_\_\_\_\_

*Si renouvellement, ne compléter que ce qui évolue depuis la saison dernière (téléphone, mail, # de Pass, volet médical ...)*

NOM et Prénom du jeune : \_\_\_\_\_

Date de naissance du jeune : \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_ Sexe :  M /  F

Lieux de naissance du jeune : \_\_\_\_\_ Nationalité : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

N° de téléphone du Parent contact\* : \_\_\_\_\_

E-mail du Parent contact\* : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

N° Pass région : \_\_\_\_\_ N° Pass Sport : \_\_\_\_\_

N° de téléphone du jeune : \_\_\_\_\_

E-mail du jeune : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Contact en cas d'urgence (si différent du Parent contact) :

NOM et Prénom : \_\_\_\_\_ Tel : \_\_\_\_\_

Souhaitez-vous être prévenu (via groupe WhatsApp en fin de cours) si votre enfant est absent du cours d'escalade ?

Oui  Non

Seriez-vous d'accord pour participer/accompagner des sorties ou évènements du groupe enfants ?  Oui  Non

Je certifie avoir fourni un certificat médical de non contre-indication aux sports statutaires de la fédération (valable 3 ans : option renouvellement) et avoir pris connaissance des précautions et restrictions éventuelles des pratiques indiquées par mon médecin :

Nouveau certificat établi par le docteur \_\_\_\_\_ le \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

Renouvellement du certificat de l'année \_\_\_\_\_ (joindre le [questionnaire de santé QS-SPORT, Cerfa N°15699\\*01](#)) signé, pour lequel je certifie en ma qualité de responsable légal de l'enfant, qu'il/elle a répondu « non » à toutes les rubriques.

Reconnais avoir pris connaissance des 3 éléments ci-dessous disponibles sur le site web du club au lien suivant : <https://www.escapilade.fr/adhesion/licence-annuelle-moins-18/>

- Les conditions d'adhésion au club
- Le règlement intérieur du club
- La notice d'information d'assurance Allianz

À \_\_\_\_\_, le \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

Signature du responsable légal :

Choix	Formule	Jour	Horaires	Gymnase	Tarif
<input type="checkbox"/>	Initiation & Loisirs U10 - U12	Mardi	18:30 – 20:00	St Louis	200€
<input type="checkbox"/>	Initiation & Loisirs U12 - U14	Mercredi	18:30 – 20:00	St Louis	200€
<input type="checkbox"/>	Initiation & Loisirs U16 - U18	Jeudi	18:30 – 20:00	St Louis	200€

La cotisation inclut les cours + la licence FFME + les garanties Responsabilité Civile + les Garanties de personnes (formule de base) + la cotisation comité territorial et ligue et 1 à 2 sorties de fin de trimestre.

Il est possible de régler une partie de la cotisation par Chèque-vacances, et avec les «Pass Sport» et «Pass Région».

### Autorisation parentale pour les mineurs

Je soussigné(e),  Madame  Monsieur \_\_\_\_\_

autorise mon enfant :

- à participer aux différentes activités du club,
- à être transporté(e) dans les véhicules des adultes responsables de l'association

autorise le club à prendre toute disposition utile en cas d'accident

À \_\_\_\_\_, le \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

Signature du responsable légal :

Si votre enfant a des allergies, merci de nous les signaler ci-dessous :

**Important** : merci de prévenir (au moins le jour de la séance) l'encadrant référent de votre enfant si ce dernier ne peut assister à un cours.

L'inscription vaut acceptation d'utiliser certaines images pour les besoins de communication du club en lien avec la pratique de votre enfant.

**Remarque** : Les cours d'escalade enfants sont limités en nombre de places pour des raisons de sécurité et de qualité de pratique. Ces places sont donc prioritaires aux enfants montrant une réelle envie de pratiquer ce sport. L'accès aux réinscriptions prioritaires sera donc soumis à l'accord des encadrants du club.

Adresse courriel groupes jeunes : [jeunes@escapilade.fr](mailto:jeunes@escapilade.fr)



## Code du sport

### Article Annexe II-23 (art. A231-3)

#### Annexe II-23 (art. A231-3)

QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR EN VUE DE L'OBTENTION, DU RENOUVELLEMENT D'UNE LICENCE D'UNE FÉDÉRATION SPORTIVE OU DE L'INSCRIPTION À UNE COMPÉTITION SPORTIVE AUTORISÉE PAR UNE FÉDÉRATION DÉLÉGATAIRE OU ORGANISÉE PAR UNE FÉDÉRATION AGRÉÉE, HORS DISCIPLINES À CONTRAINTES PARTICULIÈRES

**Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.**

**Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.**

Tu es une fille      un garçon	Ton âge :	
	OUI	NON
Depuis l'année dernière		
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu été opéré (e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)</b>		
<b>Te sens-tu très fatigué (e) ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Te sens-tu triste ou inquiet ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Pleures-tu plus souvent ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Aujourd'hui</b>		
<b>Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Questions à faire remplir par tes parents</b>		
<b>Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Si tu as répondu OUI à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.**

## CERTIFICAT MÉDICAL DE NON-CONTRE-INDICATION À LA PRATIQUE DES SPORTS DE LA FFME

Je soussigné, Docteur : \_\_\_\_\_

Certifie avoir examiné : Prénom : \_\_\_\_\_ NOM : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_ / \_\_ / \_\_\_\_

**Après examen, atteste que l'intéressé(e) ne présente pas à ce jour de contre-indication à la pratique des activités physiques et sportives de la FFME, escalade et sports de montagne y compris en compétition et y compris l'alpinisme.**

Le cas échéant mentionner la ou les disciplines dont la pratique est contre-indiquée :

ESCALADE	<input type="checkbox"/> Activité contre-indiquée	<input type="checkbox"/> Pratique compétition contre indiquée
SKI-ALPINISME	<input type="checkbox"/> Activité contre-indiquée	<input type="checkbox"/> Pratique compétition contre indiquée
RAQUETTE À NEIGE	<input type="checkbox"/> Activité contre-indiquée	
RANDONNÉE	<input type="checkbox"/> Activité contre-indiquée	
CANYONISME	<input type="checkbox"/> Activité contre-indiquée	
ALPINISME	<input type="checkbox"/> Activité contre-indiquée	

Date : \_\_ / \_\_ / \_\_\_\_

Cachet du médecin :

Signature :

### À compléter par le(a) licencié(e) :

En cas de contre-indication pour l'une des activités, je certifie avoir pris connaissance et tenir compte des précautions et restrictions éventuelles des pratiques.

Date : \_\_ / \_\_ / \_\_\_\_

Signature :

#### RAPPEL :

Le certificat médical est une obligation légale conformément aux articles L231-2 et L231-3 du Code du sport.

Le certificat médical permet d'établir l'absence de contre-indication à la pratique du sport mentionné, s'il y a lieu, la ou les disciplines dont la pratique est contre-indiquée. Il peut, à la demande du licencié, ne porter que sur une discipline ou un ensemble de disciplines connexes.

La production d'un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique de l'activité des sports statutaires est exigée lors de la première délivrance de licence et pour la pratique de l'alpinisme. Le renouvellement d'une licence pour les sports FFME à l'exception de l'alpinisme est subordonné à la production d'un certificat médical tous les trois ans. Lorsqu'un certificat médical n'est pas exigé pour le renouvellement de la licence, le sportif renseigne un questionnaire de santé et atteste auprès de la fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, il est tenu de produire un nouveau certificat médical attestant de l'absence de contre-indication pour obtenir le renouvellement de la licence.

- ➔ Le certificat médical doit dater de moins d'un an à compter du jour où il a été délivré.
- ➔ Pour l'alpinisme ou autre discipline fédérale pratiqué au-dessus de 2500m, comportant un séjour d'au moins une nuit à cette altitude ou au-dessus, le certificat médical est à fournir chaque année.



## NOTE À L'ATTENTION DES LICENCIÉS

### Les 10 règles d'or du club des cardiologues du sport :

1. Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort.
2. Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort.
3. Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort.
4. Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives.
5. Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition.
6. J'évite les activités intenses par des températures extérieures < - 5° ou > +30° et lors des pics de pollution.
7. Je ne fume jamais 1 heure avant ni 2 heures après une pratique sportive.
8. Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général.
9. Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre +âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique).
10. Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes.

## NOTE À L'ATTENTION DU MÉDECIN

### Avant de délivrer ce certificat la commission médicale de la FFME préconise pour cet examen :

**Interrogatoire**, antécédents, facteurs de risque, pathologies antérieures ou existantes contre-indiquant le sport pratiqué, accidents sportifs répétés, traitement en cours, évaluation de l'activité sportive projetée et des objectifs, tolérance à l'entraînement. Recherche de conduites à risques de troubles du comportement alimentaire ou de dopage.

**L'examen en clinique** sera particulièrement approfondi et complet, il insistera sur la recherche de pathologies cardio-vasculaires, pulmonaires et de l'appareil locomoteur.

Suivant les recommandations de la commission médicale du CNOSF, la FFME préconise un ECG de repos lors de la première visite et une épreuve d'effort cardiologique à partir de 35 ans. Le praticien est seul juge de la nécessité d'examens complémentaires éventuels, il est responsable d'une obligation de moyen et d'une information même en cas de refus de délivrance d'une aptitude.

**La pratique en compétition** fera l'objet d'une attention spéciale. Le médecin devra profiter de cette consultation pour répéter les messages de prévention sur la progressivité et la régularité de l'entraînement, la nécessité d'un échauffement et d'une récupération, l'alimentation, l'hydratation, l'inutilité des aides énergétiques ou protéiques. Le point sur les vaccinations sera fait. Un dossier médico sportif doit être constitué.

Au terme de cette consultation le médecin fait part de ses observations à l'intéressé, il peut être amené à conseiller un changement d'activité sportive, ou définir des limites que le sujet devra respecter.

**La pratique de l'alpinisme**, au -dessus de 2500m discipline à contrainte spécifique liée à l'environnement fera l'objet d'une attention particulière portant sur l'examen cardio-vasculaire. La présence d'antécédents ou de facteurs de risques de pathologie liées à l'hyposie d'altitude justifie la réalisation d'une consultation spécialisée ou de médecine de montagne.

Au terme de cette consultation le médecin fait part de ses observations à l'intéressé, il peut être amené à conseiller un changement d'activité sportive, ou définir des limites que le sujet devra respecter.

La signature d'un certificat de non-contre-indication aux activités physiques et sportives engage la responsabilité du médecin.

Ce certificat ne doit pas être considéré comme une formalité ni signé sans examen

Tout complément d'information peut être retrouvé sur les pages médicales du site [www.ffme.fr](http://www.ffme.fr) :

- Guide l'examen médical pour la pratique de l'escalade ;
- Conseils à vos patients pour séjours en altitude.

8-10 quai de la Marne - 75019 PARIS

T. +33 (0)1 40 18 75 50

F. +33 (0)1 40 18 75 59

[www.ffme.fr](http://www.ffme.fr)

# Règlement intérieur d'utilisation des salles d'escalade par ESCAPILADE

## Règlement intérieur d'ESCAPILADE

- ▶ Ce présent règlement ne se substitue pas aux règlements de fonctionnement des salles et d'utilisation des SAE décrétés par la mairie. Il le complète en précisant l'organisation du club au niveau de la pratique de l'escalade.
- ▶ L'utilisation des salles aux horaires du club est exclusivement réservée aux adhérents du club ESCAPILADE, à jour de leur cotisation, titulaires de la licence assurance fédérale, ayant fourni un certificat médical.
- ▶ Le nombre d'utilisateurs dans les salles à chaque séance peut être amené à être limité pour des raisons de sécurité .

### 1) CATEGORIE DE GRIMPEURS :

- Les jeunes adhérents jusqu'à 18 ans non accompagnés d'un adulte membre du club : ils ne peuvent accéder à la salle que pendant le créneau de cours qui leur est réservé chaque semaine (mardi ou mercredi).
- Les jeunes adhérents de moins de 18 ans accompagnés d'un adulte membre du club responsable et autonome : ils peuvent accéder aux créneaux loisir. En l'absence de cet adulte les jeunes ne pourront accéder à la salle.
- Les jeunes adhérents de moins de 18 ans autonome : ils peuvent accéder aux créneaux loisir avec une autorisation parentale.
- Les adultes en initiation (débutants) : ils ont accès aux créneaux d'initiation (mercredi 20/22 h à St Louis) et sont encadrés jusqu'à atteindre le niveau d'autonomie. Une fois autonomes (passeport jaune ou orange délivré par le moniteur), ils ont accès à tous les créneaux loisir.
- Les adultes autonomes : ils ont accès aux créneaux loisir.

### 2) L'AUTONOMIE

- Est appelé grimpeur autonome, tout grimpeur adulte sachant mettre correctement son baudrier, sachant utiliser un descendeur en huit ou un tube pour assurer en moulinette et en tête, sachant grimper en tête, sachant assurer une chute (cf Passeport fédéral jaune escalade)
- Les grimpeurs autonomes peuvent accéder librement à tous les créneaux loisir dans la mesure où le nombre de grimpeurs permet une évolution en sécurité (au jugement de l'encadrant). En cas d'affluence, la grimpe en tête sera interdite pour la sécurité de tous

### 3) FONCTIONNEMENT DES CRENEAUX

**Nous recommandons l'utilisation d'un huit ou d'un tube pour l'assurage (en moulinette ou en tête).**  
**L'utilisation du GRIGRI PETZL est déconseillée mais tolérée dans le strict respect du manuel d'utilisation**

**Utilisez du matériel adapté à la pratique et répondant aux normes en vigueur**

**Grimper « en tête »** : Le grimpeur progresse de bas en haut en solidarissant sa corde au mur au moyen des dégaines.  
**Grimper « en moulinette »** : le grimpeur est encordé sur le brin libre de la corde installée dans la voie. La corde doit obligatoirement être passée dans le relais en sommet de voie.

- Dès l'arrivée dans la salle les grimpeurs doivent « pointer » la feuille de présence.
- Seule l'utilisation de la magnésie en boule ou de la magnésie liquide est autorisée sur les créneaux de la Faculté, de St Priest en Jarez et de Jean Gachet.
- Dans les dévers importants (> 4 m), l'escalade en moulinette est interdite.
- Seules les cordes en place dans les salles peuvent être utilisées dans la salle d'escalade
- A chaque fin de séance :
  - Les cordes passées dans les 2 mousquetons des relais seront lovées (voir le responsable de créneau)
  - Les cordes des dévers importants (>4m) seront descendues, lovées et rangées.

#### 4) CONSIGNES ET RECOMMANDATIONS

##### GERER SA SECURITE ET CELLE DES AUTRES

- Respectez les règles techniques de sécurité ;
- Utilisez des termes clairs et convenus entre les membres du groupe.
- Utilisez du matériel adapté à la pratique et répondant aux normes en vigueur

##### ▶ Sur pan

Vérifiez la mise en place des matelas de chute (positionnement, liaison, etc.) ;

- Assurez une parade pour les mouvements délicats (risques de chutes en limite de tapis, sur une face du pan, sur la tête, etc.) ;
- Ne progressez pas les uns au-dessus des autres.

##### ▶ Sur SAE

- Vérifiez, avant de l'utiliser, l'état de la corde.
- Surveillez votre nœud d'encordement et celui de vos voisins.
- Vérifiez la bonne position de votre système d'assurage.
- Pensez à la double vérification grimpeur / assureur
- Tenez la corde à 2 mains lors de l'assurage « en tête ».
- Parez votre coéquipier avant le mousquetonnage du premier point d'assurage.
- Grimpez toujours assuré.
- **Mousquetonnez obligatoirement toutes les dégaines et dans l'ordre de progression.**
- passez impérativement la corde dans les 2 mousquetons des relais.
- Restez plus que vigilant pendant les manœuvres en hauteur (prise de moulinette, descente en rappel, relais ...).
- Redescendez lentement votre grimpeur.
- Laissez les tapis au pied de la SAE.
- Signalez toutes les anomalies au responsable de créneau.

#### 5) RESPECTER LES AUTRES USAGERS

D'autres grimpeurs partagent votre espace de loisir : soyez patients et conciliants.

- Respectez l'équipement et le matériel.
- Regardez qui grimpe autour de vous avant de vous engager dans votre voie ou dans un bloc

Le Bureau D'ESCAPILADE