

PRATIQUE DU BLOC en SNE

Connaissances

Je sais confectionner une trousse de premier secours.

Je sais comment agir en cas d'accident, pour cela j'ai toujours mon téléphone avec les numéros pour alerter les secours.

Je connais le matériel que j'utilise pour grimper sur blocs en milieu naturel.

Je connais le système de cotation des blocs, je sais lire un topo de bloc.

Comportement

Je me gare sur les parkings clairement identifiés.

Je respecte les consignes sur l'environnement (pas de feux, pas de bivouac sauvage, je ramène mes déchets).

Je marche sur les sentiers et pas au travers des massifs fragiles.

Je ne ramasse pas de bois, de sable, de fleurs, ceci pour préserver l'écosystème.

J'essuie la semelle de mes chaussures et je pose mes pieds propres sur le crash-pad avant de me lancer dans un bloc.

Je ne brosse pas les blocs si je ne connais pas les techniques et matériaux autorisés pour le faire.

Savoir-faire SECURITE

Je suis capable de bien différencier les notions d'engagement et d'exposition.

Je sais chuter sur le tapis de réception (crash-pad) et amortir un saut.

Je sais comment placer le ou les crash-pads en fonction du type de bloc.

Je ne m'engage jamais dans un bloc avant que la zone de réception soit prête (pareurs et crash-pads).