

PREMIERE DEGAINÉ

Je débute l'escalade

Récapitulatif

Matériel	Techniques de sécurité	Nœuds
Harnais	Assurage en moulinette	
Corde à simple	Grimpe en moulinette	
Chaussons	Descente	
Sac à magnésie	Encordement	De huit
Frein d'assurage		
Mousqueton de sécurité		