



**CLUB
ALPIN
BELGE**

Fédération francophone
d'escalade, d'alpinisme
et de randonnée.



Climbing & Mountaineering Belgium



- Support de cours -



OUVERTURE SUR SAE

**BREVET FÉDÉRAL D'OUVERTURE
DE BLOCS & VOIES
SUR STRUCTURE ARTIFICIELLE D'ESCALADE**



TABLE DES MATIÈRES

1. Données administratives du cahier des charges	4
1.1. Le cadre de la formation.....	4
1.2. Champ d'action et compétences	4
1.2.1. Profil de candidat.e.....	4
1.2.2. Profil de fonction.....	4
1.2.3. Compétences finales à maîtriser	4
1.3. L'encadrement	5
1.4. Mode d'organisation.....	5
1.5. Informations pratiques	5
1.5.1. Coût.....	5
1.5.2. Durée	5
1.5.3. Taille du groupe	6
1.5.4. Matériel personnel nécessaire	6
1.5.5. Responsabilité & Assurance.....	6
1.5.6. Sécurité.....	6
1.5.7. Evaluation	6
1.5.8. Délivrance et validité du brevet.....	6
2. Introduction.....	7
3. Ouverture de voie	7
3.5. Le matériel.....	7
3.6. La sécurité.....	9
3.6.2. La sécurité au sol.....	9
3.6.3. La sécurité sur le mur.....	9
3.6.4. La sécurité personnelle	11
3.7. Manutention.....	11
4. Ouverture de bloc.....	13
4.5. Le matériel.....	13
4.6. La sécurité.....	13
4.6.2. La zone de sécurité.....	13
4.6.3. La sécurité au sol.....	14
4.6.4. Manutention	14
5. Gestuelle.....	15
5.5. En voie	15
5.6. En bloc	16

6. Aspects généraux.....	17
6.5. Les règles d'ouverture.....	17
6.5.2. La morphologie	17
6.5.3. Les triangles d'équilibre	17
6.5.4. La coordination croisée	18
6.6. Les prises.....	18
6.6.2. Les différents types de prise	18
6.6.3. Combien de prises dans ma voie ou mon bloc ?.....	19
6.6.4. Manipulation & Placement de prises	19
7. Trucs & Astuces	19
8. Check-list de l'ouvreur.se	20
9. Conclusion.....	21
10. Un petit mot de l'auteur	21

1. Données administratives du cahier des charges

1.1. Le cadre de la formation

L'objectif de la formation *Ouverture sur SAE* est d'acquérir des connaissances et des aptitudes suffisantes, tant techniques que sécuritaires, afin d'ouvrir des voies et des blocs sur Structure Artificielle d'Escalade.

1.2. Champ d'action et compétences

1.2.1. Profil de candidat.e

- ✓ Être âgé.e d'au moins 16 ans
- ✓ Être un.e grimpeur.se actif.ve et confirmé.e depuis plus de 2 ans
- ✓ Avoir un niveau de minimum 6B en lead & 6A en bloc
- ✓ Être affilié.e au Club Alpin Belge

1.2.2. Profil de fonction

La réussite de la formation *Ouverture sur SAE* garantit l'obtention d'un brevet fédéral reconnu par le CAB & le KBF.

Le.a breveté.e *ouvreur.se sur SAE* est compétent.e pour démonter et ouvrir des blocs et des voies d'escalade, dans le cadre d'un renouvellement et d'une gestion quotidienne en structure artificielle d'escalade.

Le.a breveté.e *ouvreur.se sur SAE* n'est pas compétent.e pour ouvrir des blocs ou des voies dans le cadre d'une compétition régionale, nationale ou encore sur site naturel.

1.2.3. Compétences finales à maîtriser

SAVOIRS :

- Le protocole de sécurité
- Les différentes gestuelles
- Les règles d'ouverture
- Les différentes prises

SAVOIRS-FAIRE :

- Placer une zone de sécurité au sol
- Assurer sa sécurité sur le mur
- Démonter une voie en sécurité
- Ouvrir des voies entre 6A et 7A
- Ouvrir des blocs entre 4A et 6B

SAVOIRS-ETRE :

- S'adapter à la politique d'ouverture des différentes salles

1.3. L'encadrement

Le CAB nomme et gère la liste des formateur.rice.s et maîtres de stage.

Les niveaux de qualification et d'expérience requis pour donner la formation ou encadrer les stages sont, soit :

- être ouvrier.se régional.e en lead reconnu par CMBel
- être ouvrier.se reconnu.e par la fédération (CAB/KBF) avec à son actif l'ouverture de minimum 100 voies

Une liste des formateur.rice.s et maîtres de stage agréés est accessible sur le site internet du Club Alpin Belge. Toute personne non reprise dans cette liste peut adresser sa candidature au CAB.

1.4. Mode d'organisation

Le CAB, en accord avec un cercle, organise une formation et en diffuse les informations pratiques (formateur.rice, lieu, horaires). Toute personne intéressée, avec le profil adéquat, peut s'y inscrire via le canal proposé par le CAB.

La mise en place d'une formation se fait à l'initiative du CAB ou suite à une demande d'un cercle au CAB.

Les paiements et leur suivi se font au CAB.

Le.a formateur.rice veillera à assurer l'encadrement et le suivi des stages. Il.Elle relaiera les informations et l'état d'avancement de chaque participant, via un canal défini d'un commun accord avec le CAB.

1.5. Informations pratiques

1.5.1. Coût

Le coût de la formation est de 200€ par participant.e.

Ce tarif est d'application en Belgique et s'entend TVAC. Il comprend tous les frais de formation : administratifs, accès à la salle, encadrement, prêt du matériel, suivi et frais de dossier...

1.5.2. Durée

La formation complète dure 28h dont 18h de cours et 10h de stage. Le stage doit avoir lieu dans les 6 mois qui suivent la formation.

La présence à l'entièreté de la formation est obligatoire.

1.5.3. Taille du groupe

Le nombre de personnes acceptées en formation est de 6 à 10 participant.e.s par formateur.
Le CAB se réserve le droit d'annuler une formation faute de participant.e.s.

1.5.4. Matériel personnel nécessaire

Il doit être en bon état, EPI conforme :

- un baudrier
- une paire de chaussons
- 10 dégaines
- une personelle (réglable si possible)
- une cordelette 7mm
- un *grigri*
- 5 mousquetons à vis
- une poignée *Jumar* (si possible)

1.5.5. Responsabilité & Assurance

La personne inscrite doit être en ordre de cotisation auprès du CAB. Elle est alors couverte en responsabilité civile et en accident individuel dans les limites du contrat d'assurance du CAB.

Dans le cadre de son activité sportive et de son activité professionnelle en SAE, le.a breveté.e prend les mesures nécessaires pour que sa responsabilité civile soit couverte par un contrat d'assurance dont les conditions sont définies par les règles usuelles en la matière.

1.5.6. Sécurité

- ✓ Chacun est responsable de sa sécurité.
- ✓ Le contrôle et l'autocontrôle sont permanents.
- ✓ Le.a formateur.rice intervient d'autorité dans chaque situation d'insécurité observée.
- ✓ Les situations d'insécurité observées font l'objet d'une action corrective immédiate et d'un bilan dans la journée. Cette démarche est essentiellement didactique.

1.5.7. Evaluation

L'évaluation se déroule sous forme d'un stage de 10h – soit 2 voies et 2 blocs à réaliser dans une salle au choix. Le stage doit être validé par un.e maître de stage reconnu.e par la fédération.

1.5.8. Délivrance et validité du brevet

Le brevet est délivré par le CAB à toute personne ayant suivi l'entièreté de la formation et réussi son stage.

Le brevet est valable à vie, sauf contre-indications.

Un baudrier	Idéalement un baudrier type chantier (ex: <i>Navarro Petzl</i>) ou un baudrier avec une bonne ceinture dorsale.
Un système d'assurage auto-bloquant	de type <i>grigri</i> (classique) ou <i>RiG</i> (un peu encombrant pour l'ouverture).
Des mousquetons (+/- 4)	à vis ou idéalement <i>triple lock</i> . En tant qu'ouvreur.se.s, vous serez amené.e.s à bouger beaucoup sur votre corde. Un système de type <i>triple lock</i> sera plus sécurisant et ne risquera pas de s'ouvrir pendant votre travail.
Des dégaines (+/- 10)	Pour orienter votre <i>ligne de vie</i> et votre <i>ligne de bacs</i> .
Des cordes (2)	<u>dynamiques</u> et d'une longueur plus grande que la hauteur de votre mur.
Une personelle réglable	Pour pouvoir se rapprocher plus facilement du mur.
Des rings (+/- 5)	Pour aider à orienter vos cordes. Attention, les <i>rings</i> ne constituent pas un élément de sécurité !
Des cônes, des piquets, de la rubalise	Peu importe, mais de quoi délimiter clairement votre <i>zone de travail</i> .
Des bacs	solides, pour mettre vos prises
Une poulie et une poignée <i>Jumar</i>	Pour aider à remonter sur votre <i>ligne de vie</i> et/ou pour faciliter la montée de des bacs de prises (cf. les points 'Manutention').
Des clés allen	Une de 8 et une de 6 pour serrer vos prises.
Une visseuse à choc	Pour le démontage et l'ouverture.
Des boulons et vis à bois	Pour les prises et les modules.
Une échelle	Pour ouvrir le bas de la voie.
Une bâche de protection	Pour protéger la bâche de la salle ou le <i>Sol O' Safe</i> .

3.6. La sécurité

Le travail d'ouverture de voie se déroule en hauteur et nécessite donc une sécurité optimale et irréprochable. Cette sécurité se divise en différentes parties.

3.6.2. La sécurité au sol

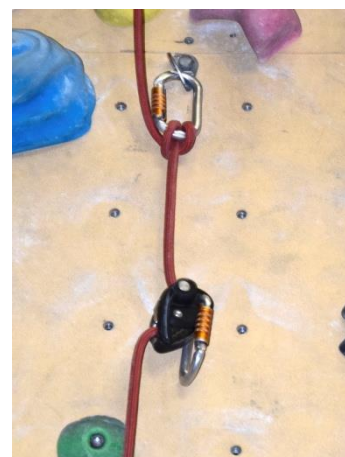
Lorsque vous avez choisi l'emplacement de votre future voie, vous allez devoir placer une zone de travail. Celle-ci doit être délimitée par des cônes, des piquets ou encore de la rubalise. Elle doit être bien large et placée à la verticale de votre voie. Cette zone est très importante et peut éviter à d'autres usagers de la salle (clients, collègues...) de recevoir une prise sur la tête ou dans les jambes. Il n'est, en effet, pas rare de laisser tomber une prise en ouvrant ou en démontant.



3.6.3. La sécurité sur le mur

Pour votre travail d'ouverture sur le mur, vous aurez besoin d'une *ligne de vie*, pour vous y pendre en toute sécurité, et une *ligne de bacs*, pour y prendre vos bacs de prises. Pour ce faire, vous devez vous confectionner deux cordes fixes.

Il est important de faire **attention aux arêtes**. Pour éviter tout cisaillement de votre corde, vous devrez fractionner votre *ligne de vie* à l'aide d'un mousqueton à vis et d'un noeud de Cabestan, tout en laissant du mou dans la partie supérieure de votre corde.



Il y a 4 méthodes différentes dont vous verrez la conception en pratique :

1) Corde fixe simple

Facile à mettre en oeuvre depuis le sol.

Attention : Ne pas oublier de verrouiller le noeud avec un mousqueton !



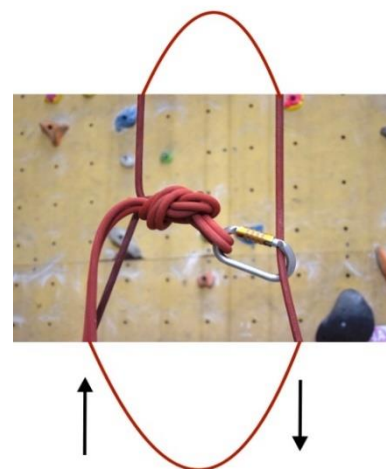
2) Corde fixe en boucle

Super efficace, mais ne fonctionne pas dans les dévers avec déviation de corde.

Attention :

Ne pas oublier de verrouiller le noeud avec un mousqueton ! Nous travaillons ici en circuit fermé.

Ne pas se tromper de corde !



3) Corde fixe sommitale

Si vous avez facilement accès à l'arrière du mur, il y a deux méthodes possibles en fonction du type de relais que vous trouverez en haut.

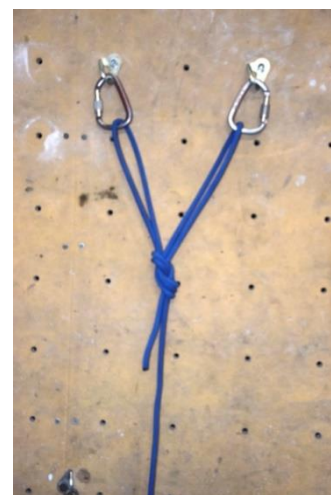
Dans le cas d'un relais chaîné triangulé, faites un noeud de huit ou un noeud de Mickey.



Dans le cas de deux points d'ancrage, reliez ces deux points avec un relais sur corde, en faisant deux noeuds de huit par exemple.



Dans le cas précédent, vous pouvez aussi faire un noeud de Mickey.



4) Corde fixe avec relais au sol

S'il n'y a pas d'autres solutions et seulement pour votre *ligne de bacs* !

Attention : Risque que les mousquetons se retournent !



3.6.4. La sécurité personnelle

Cette partie est, bien entendu, la plus importante. Il s'agit de votre sécurité personnelle et autonome. Ici, le *double-check* n'est pas possible, vous devez donc être ultra attentif et méthodique pour ne rien oublier !

Quelques conseils :

- Toujours être sur deux points de sécurité sur la *ligne de vie* ;
- Réaliser systématiquement une queue de vache tous les 4m en dessous de votre système d'assurage auto-bloquant (dans le cas d'un *grigri* par exemple) ;
- Si vous ouvrez le départ de votre voie sur une échelle, veillez à dégager complètement la zone potentielle de chute ;
- Veillez à travailler toujours avec des EPI (boudrier, mousquetons, dégaines...) en bon état et en ordre de contrôle ;
- Lors d'un accès par l'arrière du mur dans le dévers, veillez à sécuriser si possible celui-ci par une *via cordata* ou une échelle sécurisée.

3.7. Manutention

Le travail d'ouverture est physique, voire très physique, il peut donc occasionner des blessures de type : tendinites, maux de dos... Afin de les éviter au maximum, il est important d'adapter certaines règles de manutention.

En voici une liste non-exhaustive :

- Lorsque vous déplacez des bacs de prises, veillez à ce qu'ils ne soient pas trop lourds pour vous. Dans le cas contraire, demandez à quelqu'un de vous aider ou vider le en partie pour en diminuer le poids ;
- Optez aussi pour le port de charge en utilisant vos jambes et avec votre dos droit ;
- Sur le mur, évitez les efforts sans appuis dessus. Par exemple, lorsque vous devez remonter vos bacs de prises, cela peut se faire en accrochant votre personelle réglable sur le mur ;
- Utilisez une poulie pour faciliter le passage de la corde pour remonter vos bacs ;



- Ayez votre *ligne de bac* bien parallèle à votre *ligne de vie*, à une distance de +/- 1.20m (une longueur de bras).



4. Ouverture de bloc

4.5. Le matériel

Il y a moins de matériel nécessaire pour l'ouverture de bloc que pour l'ouverture de voie. Il est tout de même nécessaire d'avoir un matériel adapté afin d'optimiser votre sécurité pendant l'ouverture et de faciliter votre travail.

Crashpad (1 ou 2) ou tapis de réception	Il.s représente.nt votre seule zone de réception en cas de chute lorsque vous testerez le bloc pendant l'ouverture.
Des clés allen	Une de 8 et une de 6 pour serrer vos prises.
Une visseuse à choc	Pour le démontage et l'ouverture.
Des boulons et vis à bois	Pour vos prises et vos modules.
Des embouts de visseuse	en croix ou en torx en fonction des vis à bois utilisées.
Une bâche de protection	Pour protéger la bâche de la salle ou le <i>Sol O' Safe</i> .
Des bacs	Pour transporter plus facilement vos prises.
Une échelle	réglable en hauteur si possible, c'est outil indispensable pour l'ouverture de bloc.
Des cônes ou rubalise	Pour délimiter votre zone d'ouverture afin de ne pas gêner ou mettre en danger d'autres grimpeurs.

4.6. La sécurité

En ouverture de bloc, les moyens à mettre en oeuvre pour assurer une bonne sécurité sont faciles mais indispensables pour éviter de grosses blessures.

4.6.2. La zone de sécurité

Lorsque vous aurez choisi votre emplacement pour ouvrir un nouveau bloc, vous devrez délimiter votre zone de travail avec une bâche et des cônes. Nous sommes rarement seuls dans la salle et il n'est pas impossible qu'il y ait d'autres grimpeurs non loin. La zone de travail, une fois placée, délimite clairement la zone à ne pas franchir par les autres personnes.



4.6.3. La sécurité au sol

Lorsque vous ouvrez un bloc, il est indispensable d'avoir un crashpad ou un tapis de chute placé en dessous de votre bloc. Pendant l'ouverture, vous allez être amené à tester les différents mouvements et forcément à chuter, d'où l'intérêt d'une bonne réception.

Conseils :

- Placez le crashpad judicieusement par rapport à la chute potentielle ;
- Retirez toutes les prises, bacs d'ouverture, clés... de la zone de chute lorsque vous testez votre bloc ;
- Ecartez l'échelle d'ouverture de votre zone de chute.

4.6.4. Manutention

Bien que l'ouverture d'un bloc nécessite moins de prises que l'ouverture d'une voie, la manutention n'en est pas moins importante.

Conseils :

- Pour chaque déplacement de bacs de prises, veillez à faire travailler vos jambes en gardant votre dos droit. Si votre bac est sur roulettes, c'est encore mieux ;



- Lors d'un placement de gros module en bois, faites-vous aider.



5. Gestuelle

5.5. En voie

La 'gestuelle' en escalade est, par définition, la manière de se déplacer en milieu vertical et dans notre cas, sur le mur.

Elle est très variée, tant l'escalade présente un nombre infini de mouvements différents. Sur SAE, cette gestuelle sera directement induite par l'ouvreur, ce dernier donnant à la voie ou au bloc un caractère très personnel. Nous parlons ici de style d'ouverture.

La gestuelle peut varier en fonction de l'ouvreur mais aussi en fonction du type d'inclinaison (dalle, vertical, dévers, dièdre...).

Malgré son incroyable variété, nous retrouvons beaucoup de mouvements *classiques*, qu'il ne faut surtout pas hésiter à placer.

En voici une liste non-exhaustive :

- Le croisé/décroisé
- La remontée d'inversé
- L'adhérence
- Les mouvements dynamiques/statiques
- Les mouvement en épaule
- La Lolotte
- Le drapeau
- Changement de pied/main
- 1/4 interne, 1/4 externe

Conseil :

Lors de vos premières ouvertures, essayez d'abord d'ouvrir avec un enchaînement de mouvements *classiques* plutôt que d'essayer d'imposer directement votre propre style.



5.6. En bloc

L'ouverture de bloc peut s'avérer fort différente de celle de voie. Un bloc est, en quelque sorte, un *problème* que le grimpeur doit décoder. On dira de lui qu'il est *physique, à méthode, en équilibre...*

Le but de l'ouverture d'un bloc n'est pas d'ouvrir *un départ de voie* mais bien de proposer un concentré de technique, de force, de mouvements aléatoires, de coordination, d'équilibre, de souplesse...

Ici, vous allez devoir ouvrir de manière à retrouver un niveau de difficulté similaire à une voie mais sur quelques mètres à peine et souvent, entre 3 et 8 mouvements maximum. Par contre, les règles d'ouvertures citées précédemment sont toujours d'actualité.

Gestuelle rencontrée en bloc (non exhaustif) :

Les talons permettent de :

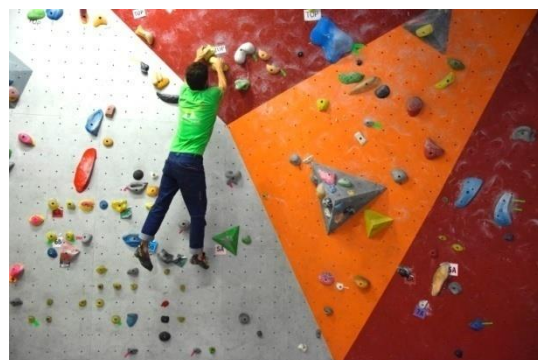
- ✓ mieux *coller au mur*
- ✓ se stabiliser & de gérer un déséquilibre
- ✓ se rétablir



Les compressions sur plat



Le mouvement dynamique/Jump est la fois fun et spectaculaire. Il résulte du fait que l'espace entre les T-nuts peut souvent être plus long que sur un mouvement classique.



La coordination

Les mouvements en coordination représentent la grande tendance actuelle, avec des mouvements de grande amplitude nécessitant de plus grandes prises d'élan. L'ouverture dans ce style se fait souvent avec des macro-prises et des modules en bois.

6. Aspects généraux

L'ouverture de voie et de bloc n'est pas une science exacte et, comme vous le verrez, elle fera très souvent appel à vos sensations et à votre expérience personnelle de grimpeur en salle et/ou en falaise.

Chaque ouvreur est différent, de part sa taille, son allonge, sa force, son expérience, son style... Il existe toutefois des 'règles d'ouverture' pour vous aidez à ouvrir de manière homogène et non *morpho*.

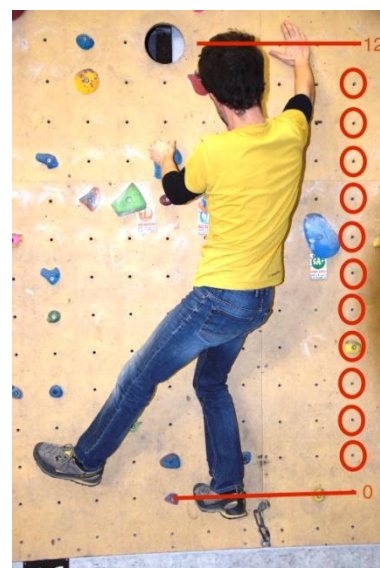
Par exemple, si vous mesurez 1.80 m et que vous ouvrez avec votre allonge max, cela risque d'être fort peu accessible pour des personnes de moins d'1.80 m. Il vous faudra donc adapter votre voie pour qu'elle soit grimpable par un maximum de personnes.

6.5. Les règles d'ouverture

6.5.2. La morphologie

L'écart entre le pied d'appui le plus bas et la main la plus haute :

- Pour les voies 'adulte' : respectez l'écart de 12 T-nuts (15cm entre chaque T-nuts)
- Pour les voies 'enfant' : l'écart est de 10 T-nuts
- Pour les voies 'ado' : l'écart est de 11 T-nuts



L'écartement des bras :

Il représente l'écart entre la main en position de blocage et la main du bras tendu (cf. photo).

Remarque : Cette mesure est très subjective et est sujette à une bonne évaluation de l'ouvreur par rapport au niveau de la voie. Par exemple, une voie en 4B ne nécessite pas de mouvements avec des blocages plus bas que l'épaule.

6.5.3. Les triangles d'équilibre

Les triangles d'équilibre sont l'essence même de l'escalade. Ceux-ci vous permettent de vous déplacer sur le mur en équilibre : soit en étant sur deux pieds et deux mains, soit en étant sur un pied et deux mains, soit sur un pied et sur une main... En jonglant avec ces triangles, vous obtiendrez des voies agréables et homogènes.

6.5.4. La coordination croisée

La coordination croisée constitue, au même titre que les triangles d'équilibre, une des règles essentielles de l'escalade. Il s'agit de deux forces opposées permettant d'être en équilibre sans devoir avoir 4 appuis sur le mur. Ceci permet de pouvoir lâcher un pied et une main.



6.6. Les prises

Il en existe une quantité et une variété infinies. Les manufacturiers ne tarissent pas d'idées au niveau des formes et des préhensions.

Les matières des prises peuvent différer et interfèrent directement avec notre travail.



6.6.2. Les différents types de prise

Les Prises Polyester (PE) :

Généralement plus lourdes et plus fragiles à la manipulation, elles restent malgré tout moins chères à l'achat que les prises en PU.



Les Prises Polyuréthane (PU) :

Ultra légères et solides, elles peuvent coûter jusqu'à trois fois le prix d'une prise PE.

Les macro-prises :

Très esthétiques, elles sont souvent en PU ou en fibres de verre et donc, très légères. La pose de ces prises nécessite souvent des vis à bois.

Les modules en bois :

Très esthétiques eux aussi, ces modules peuvent littéralement changer la face d'un mur et augmenter considérablement la variété gestuelle sur le mur. On les fixe le plus souvent avec de solides vis à bois.



6.6.3. Combien de prises dans ma voie ou mon bloc ?

Ce n'est pas une question toujours évidente. Cela dépend de différents facteurs : la hauteur du mur, le développé, le niveau de la voie, la ligne que vous souhaitez donner à votre voie...

De manière plus concrète, si nous prenons par exemple une voie en 5B de 15m dans du léger dévers, vous pouvez compter sur plus ou moins 40 prises de mains et 30 prises de pieds. On part du principe qu'il vaut mieux en avoir de trop que trop peu. Cela vous évitera quelques aller-retours sur le mur.

Pour le bloc, cela varie en fonction de l'idée de l'ouvreur, de la structure, des volumes déjà en place. Parfois, deux prises peuvent suffire mais, en règle général, 8 prises de pieds pour 10 prises de main est une bonne moyenne.

6.6.4. Manipulation & Placement de prises

Ce point sera vu essentiellement en pratique pendant la formation. Voici un espace pour prendre note et dessiner de ce qui vous sera utile.

7. Trucs & Astuces

Voici une liste non exhaustive des trucs et astuces que l'on peut utiliser pour l'ouverture afin de faciliter son travail :

- Commencer par imaginer et placer votre ligne afin de déterminer l'itinéraire de votre future voie.
Conseil : n'oubliez pas votre *ligne de bacs* à +/- 1m20 de votre *ligne de vie*.
- Bien choisir ses prises.
Maintenant que vous avez déterminé votre ligne, choisissez vos prises en fonction du type d'inclinaison dans lequel vous passez (dièdre, dalle, vertical, dévers...). Dans ces prises, il est intéressant de choisir quelques prises *clés* (4 ou 5), des prises *qui vous parlent*, qui vous rappellent un mouvement en falaise que vous trouvez esthétique.
Attention : le choix de ces prises doit rester cohérent avec le niveau de la voie à ouvrir. Par exemple, ne pas prendre un gros plat fuyant pour ouvrir un 4C.
- Prendre un bon nombre de prises.
Comptez en moyenne 40 prises de main pour 30 prises de pied pour un niveau d'ouverture moyen sur un mur de 15m.
- Trier et empiler vos prises par couche dans votre bac.
Afin de faciliter votre ouverture et de ne pas devoir retourner toutes vos prises dans votre bac dès que vous en cherchez une, fonctionnez par « couches ». La couche la plus basse est celle qui contient les prises finales de votre voie et ainsi, les prises que vous retrouverez au dessus de votre bac seront les prises du début de votre voie.
- Séparer dans deux bacs différents les prises de mains et les prises de pieds.
- Placer anticipativement les boulons dans vos prises.
Attention : veiller à ce que le filet du boulon dépasse au minimum d'1.5 cm.

8. Check-list de l'ouvreur.se

1	Placez votre zone de sécurité au sol : bâche + cônes.	<input checked="" type="checkbox"/>
2	Préparez votre matériel pour travailler sur le mur : <ul style="list-style-type: none">• Baudrier• +/- 10 dégaines• 2 à 4 mousquetons• +/- 4 <i>rings</i>• Une clé Allen de 8mm et une de 6 mm• Une visseuse à choc (si possible)• 2 à 3 bacs vides pour y mettre les prises• Une échelle• 2 <i>grigris</i>• Une poignée <i>Jumar</i> et une poulie	<input checked="" type="checkbox"/>
3	Au besoin, démontez l'ancienne voie.	<input checked="" type="checkbox"/>
4	Placez vos deux <i>lignes</i> (vie & bacs) et définissez votre itinéraire de voie.	<input checked="" type="checkbox"/>
5	Allumez le lave prise et faites tremper vos prises sales.	<input checked="" type="checkbox"/>
6	Choisissez les prises de votre nouvelle voie en y insérant les boulons.	<input checked="" type="checkbox"/>
7	Ouvrez votre voie.	<input checked="" type="checkbox"/>
8	Placez votre étiquette de nouvelle voie.	<input checked="" type="checkbox"/>
9	Lavez vos prises.	<input checked="" type="checkbox"/>
10	Rangez votre matos.	<input checked="" type="checkbox"/>
11	Testez et faites tester votre voie.	<input checked="" type="checkbox"/>

9. Conclusion

Vous voici donc parés pour le travail d'ouvreur.se sur SAE !

Ce travail va vous permettre de booster votre créativité d'ouverture en ouverture et d'année en année. Une fois une belle expérience acquise au fil des prises, sachez que d'autres portes peuvent s'ouvrir à vous : comme l'ouverture en compétitions régionale et nationale. Cela nécessite néanmoins des formations complémentaires.

Enfin, on ne le dira jamais assez :

“Du bon travail se fait avec du matériel adapté”
&
“La sécurité, c'est pour tout le monde, partout et tout le temps !”

A bon entendeur, enjoy !

10. Un petit mot de l'auteur

Cela fait quelques années que j'avais envie de faire une formation dédiée à l'ouverture de voies et de blocs. En effet, cette facette du travail dans le milieu de l'escalade me passionne et l'envie de partager mes connaissances se fait ressentir. Ce genre de formation n'existant pas encore en Belgique, il me semblait important de faire le point sur l'aspect sécuritaire de ce travail.

Pour vous y amener, j'ai moi-même suivi des formations. En effet, je suis régent en Education Physique, ainsi que niveau 3 en escalade. Je suis également ouvrier national en voie et en bloc et je travaille depuis 14 ans à la salle 'Entre Ciel et Terre' à Louvain-la-Neuve.

Grâce à tout cela, je souhaite partager mon expérience via cette formation.

Stéphane Van Lierde