



Dimanche 5 janvier 2025 Deuxième journée de formation consacrée aux manips spécifiques falaise

Après les fêtes de fin d'année, on redémarre en douceur devant un café ou thé chauds et quelques viennoiseries, histoire de ne pas trop casser le rythme.

Puis un échauffement en révisant les acquis du premier jour.

Les bulles de champagne ont un peu affecté nos mémoires, alors on prend le temps de tout remettre en place.

Maintenant il est temps de passer aux grandes manoeuvres !



Descendre en rappel avec auto-assurage,
Autobloquant mécanique, anneau de
cordelette cousu ou anneau
de cordelette confectionné par soi-même
seront mis à rude épreuve.



**La pause casse-croûte de midi
est la bienvenue au chaud dans le local de réunion**



L'après-midi s'avère bien rempli

avec au programme :

**Apprendre à équiper et déséquiper
un relais directionnel ou non !**



*Un faux relais pédagogique de confection artisanale
a même été testé
mais ! chuuut !! c'est top secret !*



Différentes techniques seront abordées

et à chacun sa méthode !



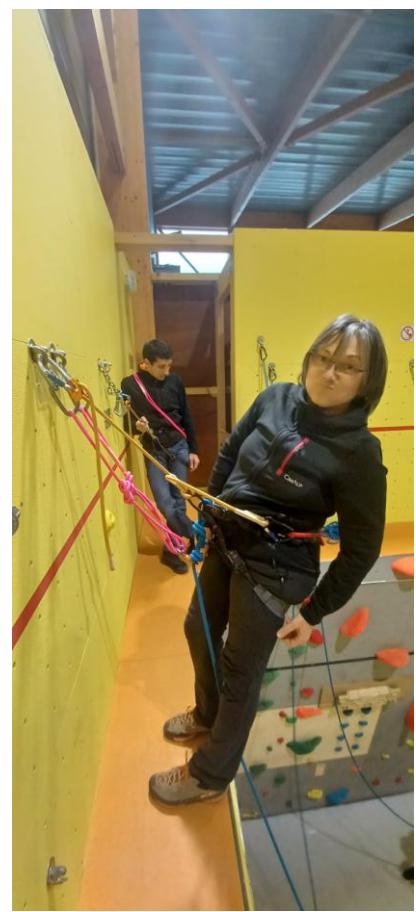
**On en discute tranquillement
sur les tapis**

Puis arrive l'heure de la fameuse manoeuvre appelée : LA RECHAPPE EN PAROI !



Tout est bien qui fini bien
tout le monde aura affronté les horribles manips avec courage !





**Un peu de tricotage
sous l'oeil amusé
de Thomas**



**Et il y en a qui ont même essayé
une nouvelle activité :
La danse escalade sur rappel !**

**Le fil bleu sur le
bouton rouge et
le fil rouge sur
le bouton ? ? ?**

**Ou alors le
contraire ? ?**

**Prochaine étape
la mise en application sur
du vrai rocher .**

