

Les techniques

- [La remontée](#)
- [La descente](#)
- [Les conversions](#)
- [Les amarrages](#)
- [Les amarages](#)

La remontée

Technique lowcost

Matériel nécessaire

- Grigri (Ou équivalent)
- Bloqueur de poing
- Pédale

Technique spéléo

Matériel nécessaire

- Bloqueur ventral
- Bloqueur de poing
- Bloqueur de pied
- Longe
- Harnais torse
- Pédale

Rope walking

Matériel nécessaire

- Système d'assurage adapté (Type Lov3)
- Bloqueur de pied
- Bloqueur de genoux
- Harnais torse

La descente

Généralité

Quelque soit le dispositif, il est indispensable de garder en main le garant (Insérer lien), pour le lâcher il faut effectuer une clé d'arrêt.

Le huit

Le reverso

Avec ou sans machard

Le simple

Mettre les différents types de frein

Les descendeurs assisté/auto bloquant

(Cas spécifique du stop)

Les conversions

Les amarrages

Les amarages

Moyen facile pour savoir le ratio :

La distance tirer divisé par la distance monté (Par exemple, pour un 3:1 on tire 30cm pour en monter de 10)

mdemierre.speleologie.ch/