

Initiation à l'escalade à la Dalle de la Frasse le 13 juin 2021

(Participants : Aude Yulzari, Pascale Garnier, Daniel Wagner, Nina & Seb Pernecker)

« La Ferme aux animaux »

La dalle de la Frasse est idéale pour l'initiation, elle est très bien située, les points d'assurages sont rapprochés, les assureurs sont à l'ombre avec un chemin qui n'est pas dangereux.

Nous avons rendez-vous à la boulangerie de la Frasse. Après avoir fait du covoiturage avec Aude et discuté sur le chemin de la Frasse, nous retrouvons Daniel et Pascale à la boulangerie.

Là, première belle surprise de la journée, on rencontre Antoine et Anne qui arrivaient de Pierre-Grise. Ils voulaient voir comment les travaux avançaient. Comme vous le savez sûrement les travaux avançaient bien. Après café, croissant et échanges amicaux, c'est le départ pour la dalle.

Vous connaissez sûrement la légendaire placidité des paresseux, mon caractère c'est



tout le contraire, je serais donc plus une puce sur ressort. C'est donc logiquement, que j'oublie que c'est une sortie d'initiation, que j'en oublie qui est le chef de course et je veux poser une corde dès mon arrivée au pied des voies. Ma femme a bien essayé de me le dire gentiment mais il fallut l'arrivée de Daniel pour que je comprenne. Donc Daniel commença le rappel des règles de sécurité et les consignes pour la journée.

Plusieurs cordes sont posées, des cordées sont formées.

Avez-vous déjà essayé de prendre un chaton qui ne veut pas bouger ? Il se crispe, sort les griffes et s'accroche désespérément à tout ce qu'il trouve. Ma femme était un chaton avant cette initiation. Mais avec la patience, la bienveillance, le calme et les conseils de Daniel, elle s'est transformée. Daniel a joué le rôle du cocon pour la chenille, la magie a opéré et le chaton s'est transformé en girafe. Pourquoi une girafe me direz-vous ? Une girafe c'est la grâce sur ses pattes. Nina arrivait maintenant à se poser dans la corde et positionner ses jambes comme une girafe quand elle va boire.

Suit l'initiation au rappel, qui se passe comme un charme. Après le pique-nique et le café offert par Pascale, Aude et Pascale se sont entraînées à grimper en tête et à assurer un premier de cordée. Elles ont réussi avec brio cette épreuve, placement de l'assureur proche du rocher, pose des dégaines, installation du relai pour une moulinette. Elles ont su se mettre en situation d'inconfort mais en restant en confiance pour progresser sur le mental et la confiance en soi. Chapeau bas, mesdames !



Remarquant la transformation en girafe, je remercie Daniel lorsque nous décidons de faire deux longueurs ensemble en fin de journée. Mais je ne remarquerai seulement dans la soirée que la transformation ne s'était pas limitée à Nina. Daniel m'a aussi beaucoup aidé cette journée pour que je reprenne confiance en moi lorsque je grimpe en tête.



Nous avons arrêté de grimper aux environs de 19h. Là on a eu la possibilité de passer chez un fromager d'alpage, un copain de Daniel. Que de bons et délicieux produits.

La journée a été magnifique, je recommande à tout membre de s'inscrire pour la prochaine édition de cette course d'initiation, débutant ou non vous y trouverez votre bonheur.

Sébastien Pernecker
