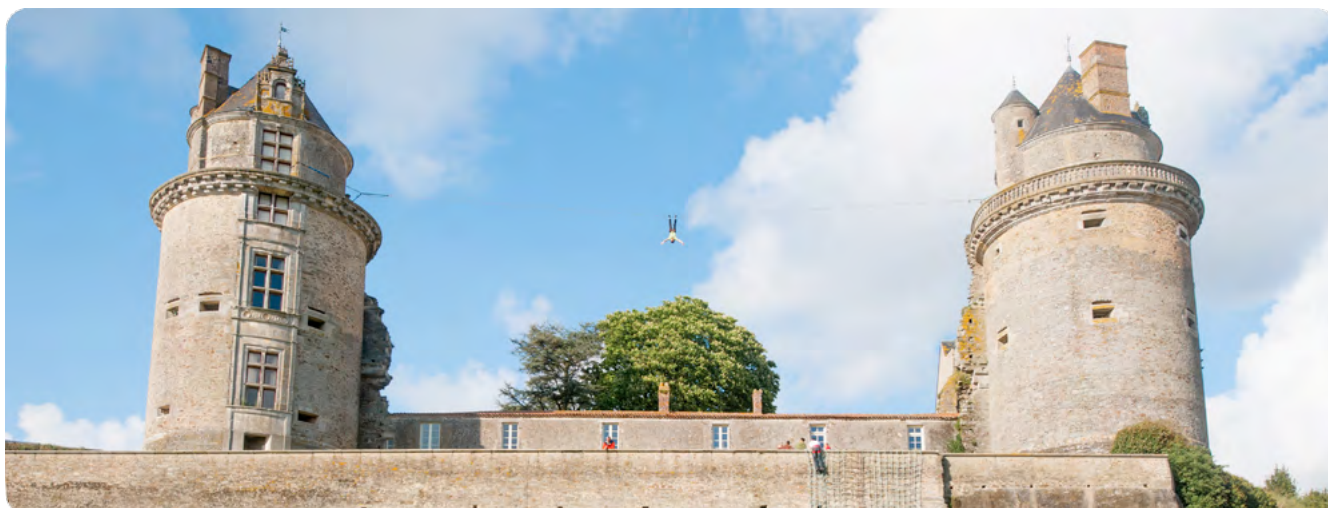


10 Commandements

Pré-requis et recommandations pour le highline

En l'état actuel, le slackline et sa composante highline sont des domaines non réglementés permettant ainsi à l'individu d'exercer sa propre responsabilité et son libre arbitre. Si vous souhaitez faire du highline vous devez prendre conscience des dangers importants potentiellement mortels auxquels vous serez exposés. Les accidents arrivent; même aux plus expérimentés.

Nous pensons qu'il est bon de préciser quelques points afin de que tout le monde, notamment les débutants partent avec quelques bases de réflexion. Ce n'est pas une liste exhaustive mais une liste devant mener à la réflexion. Ces «Commandements» sont le fruit de nos connaissances actuelles, elles étaient différentes hier et peuvent changer demain. Merci aussi de tenir compte de cela. Vous pouvez également consulter notre site internet highline.fr.



#1 Partir seul ?

Comme en montagne, pour des raisons évidentes de sécurité, il faut éviter d'installer ou de faire du highline seul. Il y a suffisamment de clubs, d'associations, et de pages facebook pour que vous puissiez vous rapprocher d'autres pratiquants confirmés.

Assurance : Nous vous recommandons de prendre une assurance FFCAM soit directement, soit auprès des clubs partenaires de cette fédération.

#2 Première installation

Nous conseillons fortement de trouver un tuteur pour installer sa première highline. Un tuteur pourra vous montrer les bases et vous évitez les pièges grossiers, que ce soit une vraie highline ou une treeline.

La treeline ou la waterline ne présente pas moins de danger, il convient donc aussi de réfléchir à la manière de l'installer. Le tuteur n'est pas responsable pour vous, il vous fait seulement part de son expérience. Encore une fois vous êtes responsables de votre installation et de vous-même.

[Lire notre article sur l'installation d'une treeline](#)

10 Commandements

Pré-requis et recommandations pour le highline

#3 Connaître le matériel

Une maîtrise théorique de l'installation est une chose indispensable. Vous pouvez vous exercer en faisant des montages au sol. Ceci vous permettra aussi de vérifier tout votre matériel et de ne rien oublier.

Connaître toutes les caractéristiques de son matériel permet d'avoir un avis sur la validation de l'installation, un point absolument nécessaire.

#4 Choix du terrain

Se familiariser avec les lieux :

A/ Ouverture :

Pour une première tentative, évitez les ouvertures, prenez plutôt contact avec un local ou un groupe d'où le second point.

B/ Répétition :

Privilégiez les répétitions, lire les recommandations existantes :

<http://highlinedatabase.blogspot.com>, contactez les ouvreurs pour emporter le matériel adéquat et connaître les dangers et problématiques des lieux

C/ Hauteur/Longueur :

Hauteur suffisante. Pensez à calculez correctement la taille de votre leash.

Bonne longueur : Pensez encore à mettre en adéquation longueur et système de tension.

On ne tend pas par exemple 50m en primitiv ou 10m avec des quadruple poulies.

D/ Points d'ancrage :

A valider et revalider à chaque installation : emmenez un petit marteau pour sonder la roche.

Un tamponnoir n'est pas très lourd et est toujours utile pour refaire un point si nécessaire.

#5 Pré requis - Connaître ses limites et celles du matériel

A/ Techniques de slackline :

Le highline est une variante du slackline, il requiert une bonne connaissance de la discipline, et également une bonne condition physique pour pratiquer en toute sécurité.

Les chocs peuvent être nombreux et violents notamment en cas de leashfall.

Vous risquez fortement d'avoir de belles marques et vos organes secoués.

Si vous n'avez pas le niveau, il est préférable d'attendre. Vous devez :

- maîtriser avant tout essai les départs assis (chongo start, sit start).
- savoir attraper la ligne est un atout non négligeable.

B/ Techniques de grimpe :

La plupart du temps, vous allez évoluer dans un environnement montagneux voir alpin.

Il est indispensable de maîtriser au minimum les techniques suivantes :

- Savoir remonter de manière autonome de son leash, avec ou sans matériel

Posséder son propre matériel de sécurité : jumar, échelle, longe dyneema, dégaine.

- Connaître les noeuds indispensables à la pratique de l'escalade et à sa sécurisation dans un environnement potentiellement dangereux : noeud de huit, technique de rappel et de vachage.

10 Commandements

Pré-requis et recommandations pour le highline

#3 Connaître le matériel

Compte tenu de sa nature, chaque highline nécessite un matériel propre et spécifique.

- Tous les kits débutants sont à proscrire quelle que soit la marque.
- Tendeurs : Nous estimons qu'en aucun cas vous ne devez utiliser de tendeurs, ils n'ont pas été conçus pour tenir des charges dynamiques.
- Mousquetons aluminium/zical. Contrairement à l'acier ils ne se déforment pas et cassent brusquement. A proscrire donc.
- **Pas de leash monté sur des mousquetons que ce soit acier ou zical.**

Sur le choix du matériel : voir les différents articles sur www.highline.fr

Il n'existe pas de normes en highline, connaître les limites de son matériel est là encore indispensable.

#4 Choix du terrain

Les arêtes coupantes doivent être protégées pour ne pas abîmer sangles, longes, backup.

Pensez aussi à protéger votre backup d'une éventuelle rupture.

Vous pouvez également prévoir des crash pad pour les projections sur la falaise en cas de leash fall. Prévoyez donc le matériel adéquat. Vérifiez-le régulièrement, notamment en cas d'installation prolongée.

#5 Pré-requis - Connaître ses limites et celles du matériel

A/ Redondance humaine

Toute personne souhaitant marcher sur la highline doit avoir validé/vérifié elle-même l'installation. La redondance du matériel est un principe de base : prévoir au minimum un back up. Il est en de même pour l'humain : toute personne doit faire vérifier son installation par une autre personne afin d'éviter de laisser un mousqueton, une manille, un delta ouvert, de faire une mauvaise triangulation, ou l'utilisation de matériel trop usagé ou inadéquat.

Pensez à valider votre système mais aussi vos points d'ancrage (Vérifiez l'état de la roche)

[Lire notre article sur des mauvaises installations](#)

B/ Redondance matérielle

Toujours doubler son matériel et si possible avec du matériel non usagé.

Les back up réalisés avec une slackline offrent moins de sécurité que des backups à corde et doivent être utilisés en connaissance de cause. Le back up n'a pas vocation à être réalisé avec votre vieux matériel ou les restes de votre équipement. Si vous pratiquez l'escalade, le matériel qui sert au slackline/highline ne doit pas servir pour l'escalade. Les forces et pratiques n'étant pas les mêmes, vous ne pouvez correctement évaluer son vieillissement et vous vous mettez potentiellement en danger en mélangeant votre matériel.

10 Commandements

Pré-requis et recommandations pour le highline

#9 Sécurité

A/ Leash (lire notre article sur le leash)

On amène son baudrier, on n'emprunte pas celui du copain.

On ne prête pas un leash. On sait faire un noeud de huit. Double validation encore et toujours.

On ne monte un leash que sur deux anneaux acier ou deux huit : redondance toujours.

Une corde est un organe redondant par nature (plusieurs brins), si vous ne lui faites pas confiance, doublez-la.

B/ Matériel de secours

Principalement du matériel d'escalade normé : cordes suffisamment longues, en nombre suffisant, mousquetons et dégaines. Kit premiers secours. Téléphone portable chargé.

#10 Respect des lieux et des personnes

Attention aux locaux quels qu'ils soient :

A/ En premier lieu : la faune et la flore :

Prenez soin de ne pas highliner dans des zones protégées. Aujourd'hui certaines zones nécessitent des autorisations communales (Verdon par ex)

B/ En second lieu : les zones privées ou conventionnées (ex. sites d'escalade) :

Merci de ne pas percer partout sans penser aux conséquences de vos actes. Ne pas utiliser les relais d'escalade.

Vous êtes responsables certes de vous-mêmes mais aussi de l'image que vous donnez des slackliners et highliners.

C/ En cas d'installation prolongée, vous en êtes responsable.

Avertir les locaux. Surveiller votre ligne. Pensez à vérifier votre installation régulièrement. Un coup d'oeil sur les ancrages à chaque traversée.



L'apprentissage du Highline peut être long. Patience et travail seront vos amis.

Ne négligez pas les étapes d'apprentissage, soyez responsables, respectueux de vous mêmes et des autres. Bon slack.