

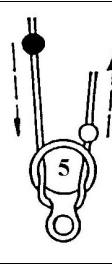

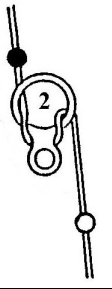







Technique de l'assurage

<p>La main gauche en avant, la main droite est sous le descendeur</p>		
<p>J'avale la corde</p>		
<p>Je bloque la corde en la ramenant en arrière</p>		
<p>La main gauche vient se placer derrière le descendeur</p>		
<p>La main droite vient se replacer sous le descendeur</p>		
<p>La main gauche revient dans la position du début</p>	