

# ACCROBRANCHE

**Quoi de mieux pour faire connaissance avec un arbre que d'y grimper ? Mais pas n'importe comment !**



**1** Choisis un arbre avec des départs de branches basses assez rapprochés les uns des autres : 30-40 cm, comme les barreaux d'une échelle. Évite les conifères salissants, les arbres fruitiers, les « bois d'eau » (saules...), les noyers : ils sont cassants. En revanche, le charme ou le chêne fabrique un bois dur, plus sûr pour l'escalade. Il doit être sain, sans champignon sur le tronc, sans branches mortes ou dépérissantes. Enfin, ne le choisis pas humide.



**2** Sais-tu te hisser à la force des bras ? Entraîne-toi à moins de 2 m de haut pour mieux connaître tes capacités.



**3** Lors de ton ascension, tu dois toujours avoir trois appuis au minimum avant de lâcher le 4<sup>e</sup> pour progresser, sinon tu prends le risque de chuter. Choisis et teste tes appuis avec soin : des branches solides et sèches. Enfin, ne grimpe pas à plus de 3 m de haut et jamais seul.

