



CHECKLIST IMPRIMABLE

Vêtements d'escalade : le mémo pour grimper sans gêne

Avant d'acheter, vérifiez surtout que la tenue suit vos mouvements, reste confortable sous le baudrier et s'adapte à votre pratique. Ce mémo vous aide à faire le tri rapidement, sans vous laisser piéger par une coupe jolie mais gênante.

Au sommaire

- 1 Le test express avant d'acheter
- 2 Quel vêtement d'escalade selon la pratique ?
- 3 Essayage utile en 3 mouvements
- 4 Les repères à retenir

Le test express avant d'acheter



Levez un genou haut sans traction au niveau de l'entrejambe

Le vêtement doit rester fluide, même en position engagée.



Levez les bras au-dessus de la tête sans que le bas remonte trop

Vérifiez aussi que les coutures ne tournent pas.



Accroupissez-vous comme pour clipper ou poser un pied haut

Rien ne doit tirer au ventre, aux hanches ou au bas du dos.



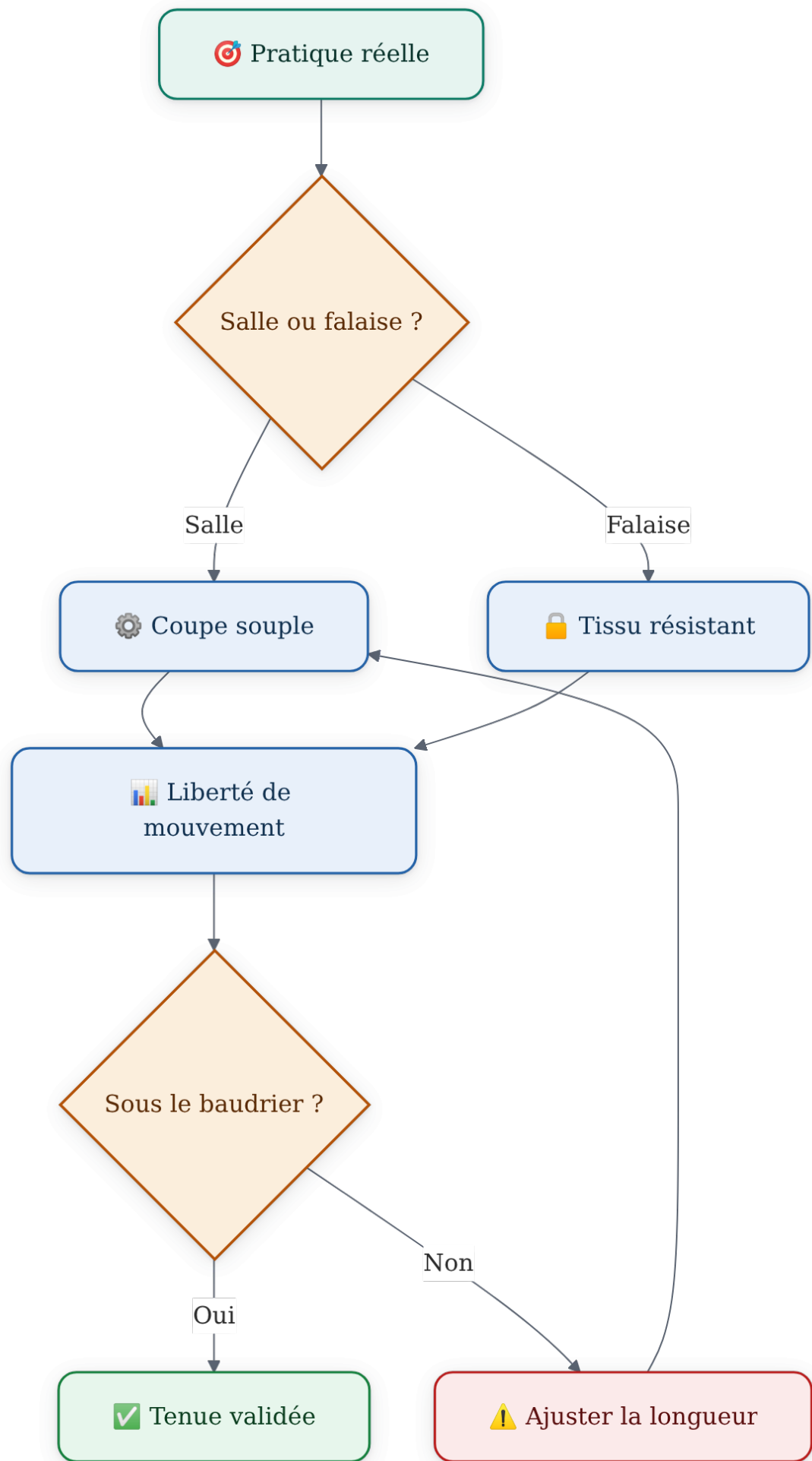
Testez la tenue avec un baudrier si possible

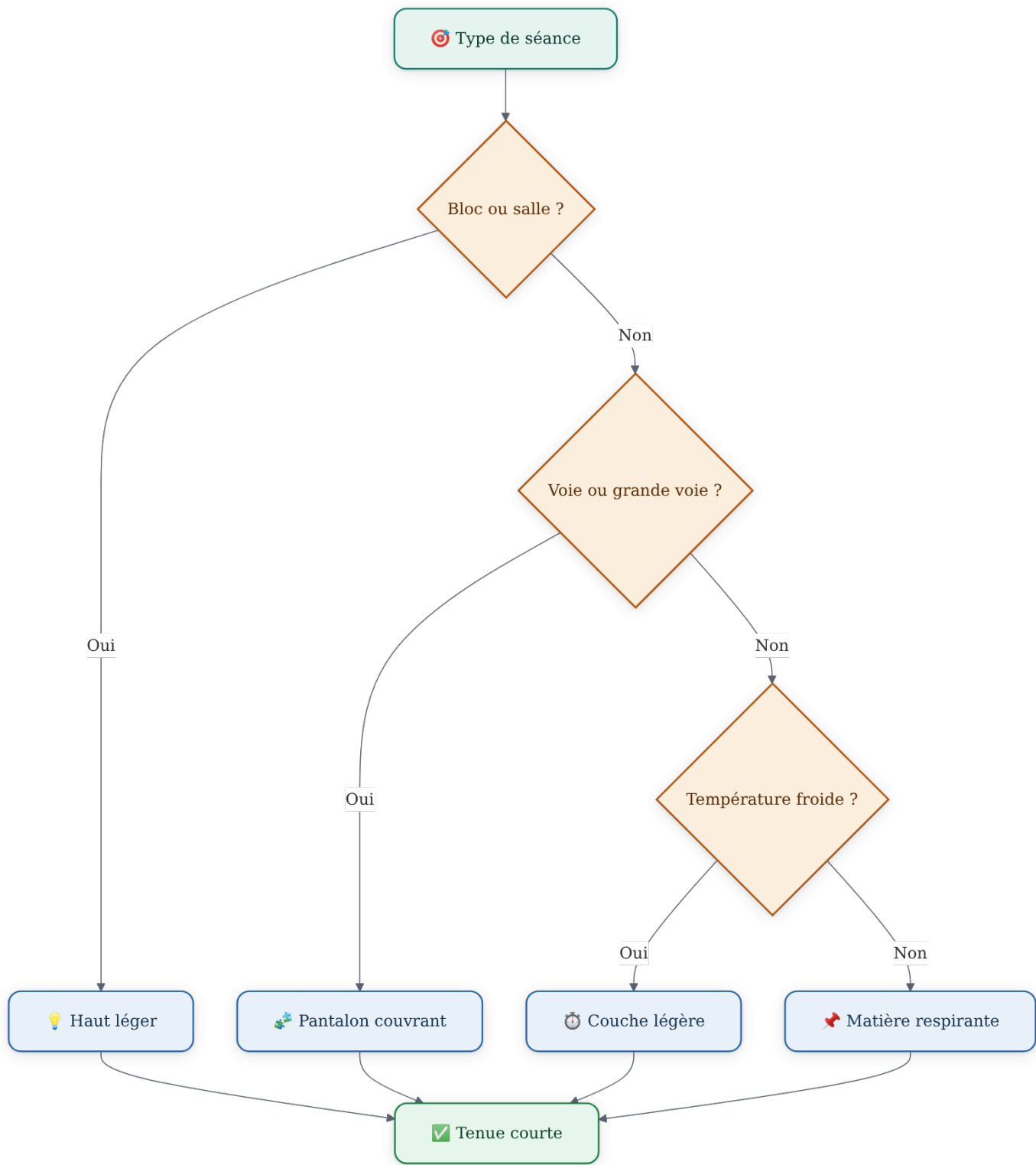
La ceinture doit rester plate, sans poches ni cordons gênants.



Contrôlez la respirabilité en vous imaginant en séance longue

En salle chaude ou en bloc répété, le textile doit rester agréable.



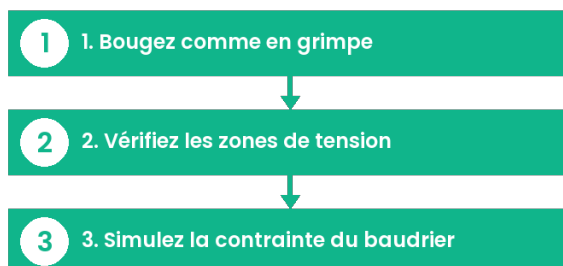


Quel vêtement d'escalade selon la pratique ?

Situation	Option la plus pratique	Point à surveiller
Salle ou bloc	Short d'escalade ou pantalon léger	Privilégier la légèreté, la ventilation et la liberté de mouvement

Situation	Option la plus pratique	Point à surveiller
Voie ou grande voie	Pantalon d'escalade	Vérifier la stabilité sous le baudrier et la protection des jambes
Été chaud	Tenue respirante et simple	Éviter la surchauffe et le tissu qui colle
Mi-saison ou froid léger	Pantalon léger avec couche facile à retirer	Garder de l'aisance sans empiler des couches encombrantes

Essayage utile en 3 mouvements



1. Bougez comme en grimpe

Faites un grand pas, montez un genou et tendez un bras. Le vêtement doit suivre sans vous retenir.

2. Vérifiez les zones de tension

Regardez la taille, les cuisses, les épaules et le bas du dos. Si ça tire déjà debout, ce sera pire au mur.

3. Simulez la contrainte du baudrier

Assurez-vous que la taille reste stable et que rien ne dépasse ou ne frotte inutilement.

✓ Le piège le plus courant

Ne confondez pas confort au toucher et confort en mouvement. Un tissu doux ou un pantalon "souple" en rayon peut quand même bloquer dès qu'on lève haut la jambe ou qu'on s'assoit dans le baudrier.

PANTALONS D'ESCALADE

LE TEST TERRAIN 2024

6 MODÈLES • 4 CRITÈRES • 3 MOUVEMENTS • 4 GÈNES • 6 CONTEXTES

TESTÉS EN CONDITIONS RÉELLES PAR DES GRIMPEURS EXPERTS

PROTOCOLE

- 6 modèles testés
- 8 semaines de tests
- 12 testeurs confirmés
- Plus de 300 heures de grimpe

DANS QUELS CONTEXTES UTILISER CHAQUE MODÈLE ?

	ARC'TERYX GAMMA PANT	LA SPORTIVA OTAKI PANT	BLACK DIAMOND NOTION SP PANT	ER RONDO SLIM	PATAGONIA TERREBONNE JOGGERS	MILLET WANAKA STRETCH
HAUTE SALLE Température 20-25 °C	✓	✓	✓	✓	✓	✓
BLOCC BLOC Température 15-25 °C	✓	✓	✓	✓	✓	✓
HAUTE VOIE Température 10-25 °C	✓	✓	✓	✓	✓	✓
FALaise FAULx Température 5-25 °C	✓	✓	✓	—	✓	✓
ÉTÉ Température 25-35 °C	✓	✓	~	~	✓	✓
HIVER Température -5 à 10 °C	✓	✓	~	~	✓	✓

✓ Idéal ~ Convient avec réserve — Peu adapté

RÉSULTATS PAR CRITÈRE

Note sur 10 (10 = excellent)

	ARC'TERYX GAMMA PANT	LA SPORTIVA OTAKI PANT	BLACK DIAMOND NOTION SP PANT	ER RONDO SLIM	PATAGONIA TERREBONNE JOGGERS	MILLET WANAKA STRETCH
COUPE ET AISANCE Liberté de mouvement, confort général, ajustement	8,7	9,1	8,3	8,6	8,9	8,4
RESPIRABILITÉ Gestion de la chaleur et de l'humidité	8,2	9,0	7,8	8,3	8,6	8,1
RÉSISTANCE À L'ABRASION Solidité face au frottement et à l'usage	8,9	7,8	8,5	7,6	8,2	8,0
COMPATIBILITÉ AVEC LE BAUDRIER Confort avec le baudrier, accès aux points d'encordement	8,6	8,7	9,0	8,1	8,5	8,2
NOTE GLOBALE SUR 10	8,6	8,7	8,4	8,2	8,6	8,2

TESTS DE MOUVEMENTS

Note sur 10 (10 = liberté totale)

	LEVER LE GENOU	LEVER LE BRAS	S'ACCROUPIR
ARC'TERYX GAMMA PANT	9,1	8,5	8,6
LA SPORTIVA OTAKI PANT	9,6	9,2	9,3
BLACK DIAMOND NOTION SP PANT	8,6	8,7	8,4
ER RONDO SLIM	8,9	8,3	8,0
PATAGONIA TERREBONNE JOGGERS	9,2	8,9	8,8
MILLET WANAKA STRETCH	8,6	8,2	8,3

GÈNES RENCONTRÉES

% de testeurs ayant ressenti la gêne (plus le % est bas, mieux c'est)

	TIRER AU VENTRE	TIRER À L'ENTREJAMBE	COUTURES QUI TOURMENT	VÊTEMENT QUI VILLE
ARC'TERYX GAMMA PANT	8%	5%	12%	7%
LA SPORTIVA OTAKI PANT	5%	3%	8%	4%
BLACK DIAMOND NOTION SP PANT	12%	6%	15%	9%
ER RONDO SLIM	15%	10%	18%	12%
PATAGONIA TERREBONNE JOGGERS	7%	4%	10%	6%
MILLET WANAKA STRETCH	10%	7%	13%	8%

LES MODÈLES TESTÉS

ARC'TERYX GAMMA PANT	LA SPORTIVA OTAKI PANT	BLACK DIAMOND NOTION SP PANT	ER RONDO SLIM	PATAGONIA TERREBONNE JOGGERS	MILLET WANAKA STRETCH
 ARC'TERYX GAMMA PANT 465 g	 LA SPORTIVA OTAKI PANT 330 g	 BLACK DIAMOND NOTION SP PANT 447 g	 ER RONDO SLIM 395 g	 PATAGONIA TERREBONNE JOGGERS 340 g	 MILLET WANAKA STRETCH 340 g
Matière principale Wee Burly™ (nylon)	Matière principale TechStretch™ (nylon/élasthanne)	Matière principale Stretch Cotton (coton/élasthanne)	Matière principale Organic Cotton (coton/élasthanne)	Matière principale Nylon recyclé (élasthanne)	Matière principale 4 Way Stretch (nylon/élasthanne)
Coupe Ajustée	Coupe Ajustée	Coupe Droite	Coupe Slim	Coupe Jogger	Coupe Droite
Prix constaté 160 €	Prix constaté 125 €	Prix constaté 90 €	Prix constaté 99 €	Prix constaté 130 €	Prix constaté 110 €

Les notes reflètent la moyenne des testeurs. Matériel testé en taille M pour tous les modèles. Prix constatés en mai 2024.

SCHEMA DE CHOIX Les critères essentiels à vérifier sur des vêtements d'escalade : coupe, respirabilité, abrasion et compatibilité avec le baudrier.

Les repères à retenir

La priorité, c'est la liberté de mouvement : épaules, hanches et genoux doivent rester libres.

La résistance à l'abrasion devient importante en falaise et sur les frottements répétés.

Une tenue réussie se fait oublier pendant l'effort.

La respirabilité compte davantage dès que la séance chauffe ou se répète.

La compatibilité avec le baudrier peut faire basculer un bon vêtement du bon ou du mauvais côté.

Ce mémo synthétise les critères de confort et de choix évoqués dans l'article, sans remplacer l'essayage en mouvement.