

## Activité

**Grimpe en salle, initiation et perfectionnement 1**

## Ce que

## Type de course

Cours (Cours technique)

## Quand

## Date de début

Do 4. Nov. 2021 Abend

## Lieu de rendez-vous

Do 4. Nov. 2021, 19.30 Uhr, Salle des Charmettes.

## Qui

## Groupe

Actifs

## Chef de course 1

Adrien Besson

## Chef de course 2

Michel Grivet

## Itinéraire / détail

ATTENTION: LA SALLE N'EST ACCESSIBLE QU'AVEC UN CERTIFICAT COVID VALABLE.

Les jours raccourcissent et les températures ne permettent plus de grimper à l'extérieur.

Avant de démarrer une saison de grimpe Indoor, nous te proposons 2 sessions d'initiation et de perfectionnement de grimpe en salle où tu pourras apprendre les bases de la sécurité et de la progression.

Les sessions auront lieu de 19h30 à 21h30. La première partie sera consacrée à de la théorie et à un échauffement, la seconde à la mise en pratique sur notre mur de escalade de la salle des Charmettes.

Pour les inscriptions, un avantage sera donné aux participants qui suivront les 2 sessions.

Module 1 : jeudi 4 novembre 2021

Module 2 : jeudi 11 novembre 2021

Matériel: Baudrier, chaussons, moyen d'assurage.

Si vous ne disposez pas encore du matériel spécifique, il est possible de emprunter un baudrier et des chaussons de escalade sur place.

Respectez le règlement du mur affiché à gauche de la salle. Utilisez les vestiaires.

## Info supplémentaire

## Inscription

## Inscription

Online von Mo 4. Okt. 2021 bis Sa 30. Okt. 2021, Max. TN 12 / 8