



## ORGANISATION DE L'ESCALADE POUR LE CLUB ADN

### Saison 2011/2012

---

#### JEUNES :

Le groupe des jeunes de 11 à 13 ans sera encadré par une professionnelle salariée le vendredi de 18h30 à 20h. L'activité commence le 30 septembre 2011 au gymnase du Villaret.

Le groupe des jeunes de 14 à 16 ans, encadré par une initiatrice et une aide technique, a pour but l'entraînement et le perfectionnement.

L'activité commence le Lundi 14 septembre à 18h30 au gymnase Jean Rondeau.

Par la suite, les initiateurs proposeront un planning car les séances pourront avoir lieu soit à Rondeau soit au Villaret. Dès les beaux jours des sorties sur site naturel seront organisées.

Deux compétitions sont au programme pour les jeunes :

Les championnats départementaux en Décembre 2011

Le challenge Paul Chartier en mars 2012

#### ADULTES :

Pour les adultes et jeunes de plus de 16 ans n'ayant jamais pratiqué l'escalade, deux séances découvertes sont proposées au gymnase Jean Rondeau de 20h à 21h45 les :

1. le lundi 5 septembre au gymnase Jean Rondeau
2. Le mercredi 7 septembre au gymnase des Glonnières

Il faut choisir une de ces deux dates.

Outre Laurent, Mathilde et Yann, initiateurs(trices), les anciens seront présent pour assurer.

Ensuite pour continuer à pratiquer, il faut s'inscrire pour obtenir une licence, puis suivre le cycle d'initiation de trois séances les lundi de 20h à 21h45 au gymnase Jean Rondeau les :

1. 12 septembre 11
2. 19 septembre 11
3. 26 septembre 11

Ces séances ont pour but :

- pour les nouveaux ayant déjà pratiqué l'escalade de vérifier leur autonomie,
- pour les débutants d'atteindre une autonomie suffisante pour grimper en toute sécurité.

Après vérification par les initiateurs(trices) du niveau d'autonomie, chacun choisit son créneau et son lieu de grimpe.

#### LES CRENEAUX :

Le Lundi	20h à 21h 45	RONDEAU	Escalade
Le Lundi	18h30 à 21h 45	VILLARET	Escalade

Le Mardi	20h à 21h 45	GLONNIERE	Bloc
----------	--------------	-----------	------

Le Mercredi	19h30 à 21h 45	GLONNIERE	Escalade
-------------	----------------	-----------	----------

Le Vendredi	20h à 21h 45	VILLARET	Escalade
-------------	--------------	----------	----------

Le Dimanche 10h à 13h et 15h à 18h selon un planning qui vous sera communiqué par mail au début de chaque trimestre

#### MATERIEL :

Les cordes, dégaines, mousquetons et tubes sont mis à disposition par le club.

Pour les séances découvertes, d'initiation, et le début de la saison, le club prête des baudriers à ceux qui n'en possèdent pas.

Il est conseillé aux nouveaux adhérents d'acquérir rapidement des chaussons d'escalade, puis un baudrier.

Consultez les initiateurs(trices) pour optimiser votre achat.

**BONNE GRIMPE A TOUS**