

ESCALADE ADULTE

se former....autonomie en grandes voies !

Tous les week-ends sur une falaise de la région.
les samedis et/ou dimanches.

Vous grimpez déjà et vous désirez gagner en pratique et en expérience pour être complètement autonome en falaise.

Affiner ses qualités gestuelles et ses placements pour gagner de l'assurance, déchiffrer l'itinéraire, utiliser au mieux les prises, être relâché en grim pant... Acquérir de nouvelles techniques de sécurité... Nous vous aiderons à franchir le cap et à entrer dans une dynamique de progrès

Pour s'initier au plaisir d'évoluer dans des voies de plusieurs longueurs, au cours d'une approche progressive vous vous familiariserez aux techniques de relais, de rappels, à l'utilisation de la corde à double...

Pour assumer le rôle de "leader" en grande voie... c'est à dire gérer la sécurité de la cordée quand tout va bien mais aussi pour pouvoir faire face aux "imprévus" !

Au cours de ces journées, ascension de grandes voies (évidemment !) mais aussi formation aux techniques d'auto-secours et d'aide à un second.

Vous grimpez en "réversible" ou en cordée "volante" dans des voies adaptées à votre niveau.

Tarif : 110€ /pers. le Weekend (comprenant l'encadrement et le prêt du matériel)
possibilité de venir qu'une journée: 60€/pers.

Limité à 4 personnes.

ERIC DULCK

Brevet d'Etat Escalade/Canyon

Instructeur F.F.M.E

8 rue Pablo Neruda

63000 Clermont-Ferrand

Port. : 06 79 81 01 93

Siret : 448 583 153 00011

Site internet : www.evolutionverticale.fr

e.mail : dulckeric@yahoo.fr



