



STAGE ESCALADE

SPORT, PLAISIR, NATURE

DES 14 ANS



Du dimanche **12 juillet** au dimanche **19 juillet 2009** le Comité du Rhône organise dans les environs de DIE (26) une semaine d'escalade pour 16 personnes. De l'apprentissage au perfectionnement, vous bénéficierez, d'un encadrement professionnel et personnalisé, adapté à chaque pratiquant.

Contenu du stage:

7 jours d'escalade en plein cœur de la Drôme, à Luc en Diois, dans un cadre naturel exceptionnel, vous pratiquerez, encadré par 2 Moniteurs diplômé d'Etat, votre sport favoris sous toutes ses formes : blocs, falaises équipés, initiation grandes voies, ainsi que via ferrata.....sur les différents sites autour de Die et suivant vos attentes, objectifs et désirs.

PROGRAMME :

- Acquisition et amélioration des techniques de sécurités et de progression
- Développement personnel sur le plan affectif (peur, engagement...)
- Découverte et renforcement des capacités cognitives (tactique, technique, lecture...)
- Développement moteur (renforcement musculaire, aspects bioénergétiques)
- Sensibilisation au milieu naturel (faune, flore, géologie...)

Hébergement au camping en demi-pension (repas du midi non inclus).
Tous niveaux acceptés.

Soirées animées, bonne humeur garantie!

Budget : 350 euros par personnes, comprend l'hébergement en demi - pension au camping, le prêt éventuel de matériel (baudrier, casques, cordes, longues via ferrata,...), les frais pédagogiques, ainsi que le transport.

Départ de Lyon le dimanche matin, transport en minibus.

Matériel personnel bienvenu (chaussons obligatoires), prévenir à l'avance pour le prêt de matériel (casque, baudrier, chaussons,...).

Licence FFME obligatoire (ou licence découverte).

Il vous sera demandé un dossier d'inscription, nombre de places limitées.

Contacts et inscriptions : Sébastien COULET au 06 67 93 56 30
Mischa BERTOLI au 06 72 65 32 08