

# 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 autours 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, longes 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