

Roc And Co, THE club d'escalade du plateau du Vercors...

L'adhésion au Club et la souscription à l'option « mur d'escalade » sont obligatoires pour l'inscription au cours «adultes débutants»

Ce cycle est réservé aux DEBUTANTS et les inscriptions se font pour l'ensemble ; impossible de venir à la séance.

Ces cours **GRATUITS** ont pour objectif l'apprentissage des gestes de l'escalade, l'appréhension des aspects affectifs et tactiques de l'activité, et bien sur l'apprentissage des techniques élémentaires de sécurité pour la pratique de l'escalade en SAE, validées à la fin du cycle par l'obtention **du Passeport Pour l'Autonomie** :

<http://rocandco.com/wp-content/uploads/2016/09/Check-list-d%C3%A9valuation-des-comp%C3%A9tences-pour-lescalade-en-autonomie.pdf>).

Modalités et organisation de l'accès à la SAE : <http://rocandco.com/mur-descalade/comment-grimper/>

Encadrement par des Cadres diplômés d'Etat : Rémy VALENCIK, Ben MARTINEAU, Vincent MEIRIEU, Véro PIERI, Simon POURQUE, .

Groupes : un cadre diplômé d'Etat pour 5 à 10.

Matériel : fourni par le Club. Chaussons d'escalade dans la limite des stocks disponibles.

Contenu des séances : apprentissage de l'encordement, de l'assurage en second et de l'assurage (dynamique) en tête, des procédures de vérification et de validation des techniques de sécurité en vue d'une pratique autonome. Mais aussi apprentissage des gestes élémentaires de l'escalade, associé à une réflexion sur les aspects affectifs (peur de la chute) et les aspects tactiques de l'activité, en vue d'une progression globale facilitée.

Limite d'inscription 22/09/18

CYCLE ADULTES DEBUTANTS AUTOMNE 2018

Vendredi 28/09 SAE Villard
19H15-22H00

Vendredi 5/10 SAE Villard
19H15-22H00

Vendredi 12/10 SAE Villard
19H15-22H00

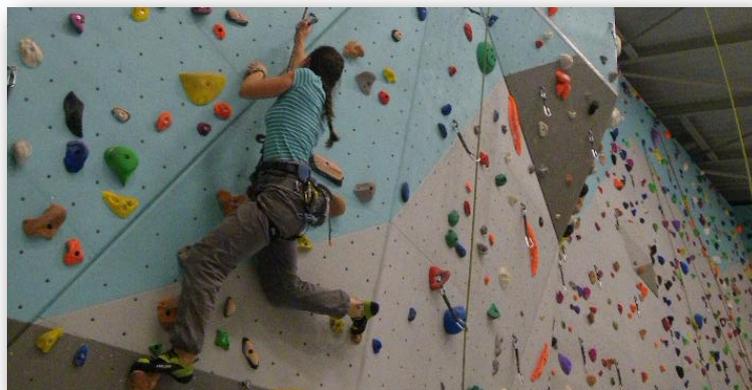
Vendredi 19/10 SAE Villard
19H15-22H00

Renseignements :

BEN 06 07 95 36 43

Moniteur d'escalade breveté d'Etat

www.rocandco.com



BORDEREAU D'INSCRIPTION ADULTES CYCLE DEBUTANT AUTOMNE 18

NOM : _____ **PRENOM :** _____ **NE LE :** ____ / ____ / ____

ADRESSE : _____

EMAIL : _____ **TEL :** _____

est déjà adhérent de Roc & Co pour la saison 2018-2019 (<http://rocandco.com/adherer/>)

A envoyer à : Stéphanie Séchaud

452 rue de la Fleur du Roy, le jardin des Campanules crocus, 38250 VILLARD-DE-LANS