

**Sorties club**  
**/// 2015**





# /// Bloc à Bleau ///

Initiation 11 ou 12 Avril



## Objectifs

- découverte de l'escalade en milieu naturel
- apprendre les techniques de parade
- apprendre à positionner un crash-pad
- progresser en autonomie et dans les difficultés

## Pour qui ?

- adultes adhérents d'Escalad'Indoor et débutants en bloc
- Niveau requis : savoir monter un escalier.

## Encadrement ?

- membres du CA
- autres volontaires tout aussi expérimentés et désireux d'aider

## Quand ?

- journée complète : samedi 11 ou dimanche 12 Avril, selon la météo. Prévoir à l'inscription d'être libre ces deux jours-là.
- en cas de mauvais temps, nous irons en salle de bloc.

## Organisation

- départ en covoiturage, RDV porte d'Orléans
- prévoir un pic-nic
- matos : le club fournit les crash-pads, apportez vos chaussons.

## Inscriptions

Par mail à Anne : [annerouquette@hotmail.com](mailto:annerouquette@hotmail.com)

15 places

*> Avant de vous inscrire, soyez sûrs de vous ! Les désistements de dernière minute compromettent l'organisation de prochaines sorties.*

# /// Weekend à Bleau ///

Echange Inter-club 01-02-03 Mai



## Objectif

- moment d'échange convivial avec les grimpeurs du VUC (*Valence Universitaire Club*)
- découverte de Fontainebleau pour les grimpeurs du VUC
- progression en bloc

## Pour qui ?

- ado 16 ans minimum et adultes adhérents d'Escalad'Indoor

## Encadrement ?

- membres du CA
- autres volontaires tout aussi expérimentés et désireux d'aider

## Quand ?

- les vendredi 01 Mai (férié), samedi 02 et dimanche 03. Possibilité de participer à un ou deux jours, selon les possibilités des transports.

## Organisation

- **départ** en covoiturage, lieu à définir selon les conducteurs. Merci d'indiquer si vous mettez à dispo une voiture, nous en aurons besoin !
- prévoir pic-nic
- matos : le club fournit les crash-pads, apportez vos chaussons

- possibilité d'hébergement : camping de la Musardière  
Prévoir 15€ par nuit
- Météo : en cas de mauvais temps, nous irons en salle de bloc

## Inscriptions

Par mail à Anne : [annerouquette@hotmail.com](mailto:annerouquette@hotmail.com)

**préciser le nombre de jours auxquels vous participerez.**

Pour les ado : fournir une autorisation parentale de sortie (en model sur le site du club)

*> Avant de vous inscrire, soyez sûrs de vous ! Les désistements de dernière minute compromettent l'organisation de prochaines sorties...*



# /// Séjour en Drôme ///

## Evolution & progression 14-15-16-17 Mai



### Objectifs

- progresser en falaise, notamment dans l'engagement et la difficulté
- découverte des sites de couenne de la région

### Pour qui ?

- adultes adhérents d'Escalad'Indoor autonomes en falaise (=grim pant en tête, sachant installer une moulinette...)

### Encadrement

- membres du CA

### Où ?

- à Buis les Baronnies
- Nous serons accueillis et guidés par le VUC (*Valence Universitaire Club*) dans le cadre d'un échange entre nos deux clubs.

### Quand ?

- Départ jeudi 14 Mai à 8h en gare de Lyon.
- Retour dimanche 17 dans la soirée.

### Organisation

#### Déplacements

- en TGV depuis Paris Gare de Lyon jusqu'à Valance.
- véhicules de location depuis la gare de Valance.

#### Hébergement

- camping municipal de Buis les Baronnies
- au moment de l'inscription, merci d'indiquer le matériel dont vous disposez (tentes, réchauds...)

#### Matériel technique

- l'association fournit le matériel d'escalade : cordes, dégaines, casques, longues, plaquettes...

-- ATTENTION : lors de nos sorties, nous utilisons exclusivement les cordes du club. Laissez donc la votre à la maison !

-- à la charge des participants : chaussons\*

*\*Si vous êtes l'heureux propriétaire d'un baudrier, d'un descendeur ou d'un casque, emmenez-les !*

### **Restauration**

-- prévoir les déjeuners, goûters, encas et friandises...

-- *Escalad'Indoor* s'occupe des petits déjeuners et dîners.

### **Les caprices du temps**

-- normalement, c'est grand beau prévu... Mais si par malheur un typhon s'abattait sur le site, nous irons visiter les falaises alentours.

-- quelques gros nuages ou petites averses localisées ne compromettent en rien la sortie.

## **Inscriptions**

-- par mail à Anne : [annerouquette@hotmail.com](mailto:annerouquette@hotmail.com)

-- participation aux frais : 100€

à régler au moment de l'inscription.

Ce montant inclut les billets de train, la location des voitures, le camping et la restauration (repas du matin et du soir).

-- 9 places disponibles

> *Aucun remboursement ne sera versé en cas de désistement (sauf en cas de blessure sur avis médical).*

# /// À l'aise en falaise ///

Initiation 06-07 Juin



## Objectifs

- découverte de l'escalade en milieu naturel.
- premiers pas vers une pratique autonome en falaise équipée.
- acquisition d'un bagage technique concernant la préparation d'une sortie, la sécurité au pied des voies, la progression de base (placement de dégaines, installation d'une moulinette...)

## Pour qui ?

- adultes adhérents d'Escalad'Indoor et débutants en falaise.
- Niveau requis : savoir grimper en tête en SAE.

## Encadrement ?

- membres du CA

## Où ?

- site de **Remigny, en Bourgogne**, du côté de Chagny, pile poil au milieu des vignes et du bon vin...

## Quand ?

- départ en voiture vendredi 05 juin au soir pour la plupart, retour dimanche 07 juin en soirée. Organisation des voyages en fonction des horaires et des possibilités de chacun...

## Organisation

### Hébergement

- bivouac aux pieds des falaises (attention, ce n'est pas un camping municipal : il n'y a pas de sanitaire !)

### Matériel technique

- le club fournit les cordes, dégaines, casques, longes, descendeurs (pour ceux qui n'en ont pas)



-- ATTENTION : lors de nos sorties, nous utilisons exclusivement les cordes du club. Laissez donc la votre à la maison !

-- à apporter : chaussons\*

\* Si vous êtes l'heureux propriétaire d'un baudrier, d'un descendeur, d'un casque, emmenez-les !

### **Restauration**

-- prévoir les petits déj' et déjeuners.

-- barbeucue le soir organisé par nos soins !

### **Déplacements**

-- véhicules perso : à répartir en fonction des possibilités de chacun.

-- possibilité de venir en train, en gare de Chagny.

### **Les caprices du temps**

-- normalement, c'est grand beau prévu... Mais comme nous ne sommes jamais à l'abri d'une tempête tropicale, nous aviserons 3 jours avant le départ.

-- quelques gros nuages ou petites averses localisées ne compromettent en rien la sortie.

### **Coût**

-- participation aux frais des repas : entre 10 et 15 €

-- les déplacements en véhicules communs sont pris en charge et organisés par le club

-- si par convenance vous souhaitez venir par vos propres moyens, en train ou voiture, le voyage sera à votre charge.

## **Inscriptions**

Par mail à Anne : [annerouquette@hotmail.com](mailto:annerouquette@hotmail.com)

**12 places**

> Avant de vous inscrire, soyez sûrs de vous ! Les désistements de dernière minute compromettent l'organisation de prochaines sorties...