



Stage d'escalade

30 et 31 Octobre 2017

Autan Grimper vous propose un stage d'escalade sur 2 jours à la salle Liv Sansoz de Bessières.

Condition d'accès : être licencié FFME pour la **saison 2017/2018**

Encadrement : Nathan Caparros Licence STAPS entrainement

Stage ouvert aux enfants de 9 et 17 ans.

Programme :

Jour 1 : Matin : Échauffement + Grimpe sur blocs (format contest)

Aprèm : Parcours d'obstacles (ludique) + Grimpe sur blocs

Jour 2 : Matin : Échauffement + parcours d'obstacles

Aprèm : Jeux d'escalade ludique afin d'améliorer la technique de grimpe.

En fonction de la météo et du groupe le programme est susceptible de changer.

Dates :

- Lundi 30 et Mardi 31 Octobre 2017
- Les matinées 10h-12h et les après-midi 13h-17h

Lieux :

Salle Liv Sansoz, 177 chemin de la forêt - 31660 Bessières

Matériel :

Tenue de sport, collation, eau, repas du midi, affaire d'escalade

Tarif :

50€ les deux jours

Les places sont limitées à 12 participants

Réservation obligatoire :

- 1- Appeler Nathan Caparros (animateur du stage) au 06 45 54 09 61
- 2- Fiche d'inscription à remplir et à retourner à l'adresse de Nathan, accompagnée d'une copie de la licence FFME pour les adhérents extérieurs au club Autan Grimper.
- 3- Libeller le chèque à l'ordre de Autan Grimper.