



STAGE ESCALADE / OBSTACLES mardi 9/mercredi 10 Juillet 2024

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

Stage ouvert aux enfants de 8 et 17 ans.

Encadrement : Nathan Caparros Licence STAPS entrainement, finaliste Ninja Warrior, top 5 AG monde en course à obstacles, 20 ans de compétition d'escalade.

Programme : Susceptible d'être adapté en fonction de la météo, car possibilité d'activité à la forêt de Buzet.

Jour 1 : Matin : Exercice ludique d'équilibre et de proprioception

Aprèm : Technique et parcours Ninja Warrior adapté à l'escalade

Jour 2 : Matin : Initiation Parkour et jeux de rapidité

Aprèm : Transfert des apprentissages sur des jeux d'escalade.

Horaires : Les matinées 9h-12h et les après-midi 13h-16h, / pique-nique 12h à 13h

Matériel : Tenue de sport, avec Basket et chaussons escalade, eau, pique-nique

Tarif : 60€ les deux jours

Limitées à 12 participants.

Contact du coach : Tel : 0645540961 Instagram @nathan_caparros

Réservation obligatoire :

Fiche d'inscription à remplir et à retourner à la salle avant le 30 juin 2024.

Libeller le chèque à l'ordre de « Autan Grimper ». Et déposer à la salle casier « COURRIER » ou Boite aux lettres

FICHE D'INSCRIPTION STAGE JUILLET

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

Le participant :

NOM :

Prénom :

Date limite d'inscription : 30 Juin

Inscription à retourner à la salle, casier « courrier » ou dans la boîte aux lettres

Tarif : 60 € pour les deux jours.

Autorisation Parentale pour les mineurs:

Je soussigné(e) Mme, Mr autorise ma fille,
mon fils à participer au stage d'escalade cité en objet.

N° de TEL :

Signature :