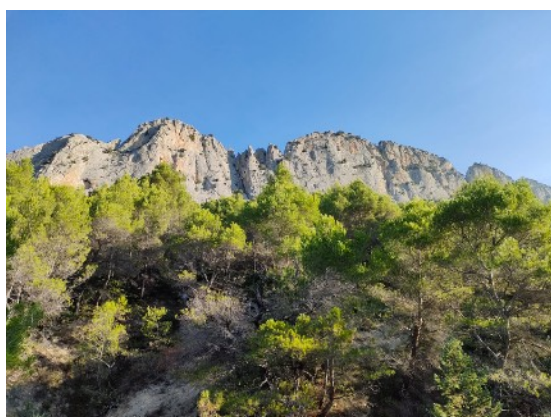


Stage « Premiers pas en grandes voies » Drôme du Sud du 27 au 29 mai 2023

Un stage conçu pour découvrir les belles falaises de la région de Buis les Baronnies et se former aux techniques d'évolution en grande voie.. Des temps d'apprentissage , Des ateliers ludiques de mise en pratique et un temps de réalisation autonome sur la belle paroi de saint julien . Ce stage se déroule dans un cadre nature adapté à des temps partagés le soir sur le site de notre hébergement sous yourte et le bel espace plein nature pour cuisiner un repas de récupération .

Le stage est encadré par Frédéric, guide enseignant formateur qui vous accompagnera dans ces premiers pas vers l'autonomie . Notre envie est aussi que vous appreniez ensemble, avec les interactions du petit groupe constitué pour cette exploration unique de l'escalade en paroi sur plusieurs longueurs



Le stage démarre le vendredi en fin de journée, ou nous vous attendons à sainte jalles (26) au jardins des coquets (belle espace nature dans une ferme de spiruline.) Nous pouvons vous récupérer à Nyons (accessible en transport en commun depuis la gare de Montélimar)

Après un repas partagé, le premier soir, on prends le temps de faire connaissance et de partager vos envies d'apprentissage .

Programme succinct :

Samedi : Une journée sur la belle falaise d'ubrioux pour reprendre confiance et faire le point sur les manoeuvres classique et sécuritaire en falaise puis un petit moment ludique d'apprentissage du rappel .

Dimanche: c'est le moment d'acquérir les techniques d'évolution sur 2 longueurs en envisageant le relais et en optimisant sa réalisation . Nous apprenons également à aborder l'enchaînement des rappels et envisager quelques points clefs de réchappe.

Lundi : le temps d'entrée dans un moment de réalisation sur des voies de 120 mètres en appliquant les découvertes et apprentissages des deux jours précédents.

L'hébergement est prévu sous yourte , nous disposerons d'une cuisine extérieure pour se préparer repas du soir et petit déjeuner . chacun amenant par ailleurs de quoi constituer ses piques niques (frigo à disposition) Prévoir aussi son maillot de bain ...

Pré requis: avoir une expérience de la falaise et grimper en tête dans le 5b/c et avoir très envie d'apprendre))