

Stage Perfectionnement Adulte Vercors du 14 au 17 Juillet 2022

Le CT69 de la FFME vous propose un stage perfectionnement adulte à La Chapelle-en-Vercors pendant 4 jours. C'est l'occasion de créer de la cohésion et profitez du soleil du sud en falaise.

Au programme : Grimpe en falaise



Age : + 17 ans

ENCADREMENT : Alexis Sainte-Croix (DE Entraînement Escalade), 1 bénévole initiateur Escalade.

BUDGET : 250 € par inscription.

Règlement par virement bancaire au CT. Pensez à demander si vous pouvez être aidé par votre CE ou la CAF.

Nombre de place limité à 12. 9 participants minimum pour maintien du stage. Pour plus de renseignements et inscriptions contactez-nous par mail : a.saintecroix@ffme69.fr. Annulation au plus tard 48h à l'avance.

Un point sur le programme :

- Rendez-vous le jeudi 14/07 entre 8h et 8h15, au siège du CTFFME69, [2 rue Stéphane Déchant 69350 LA MULATIERE](https://www.google.com/maps/place/2+rue+Stéphane+Déchant+69350+La+Mulatière),

Point matériel, chargement, puis départ 8h30. Trajet jusqu'au camping municipal Les Bruyères, 85 Avenue des Gentianes 26420 La Chapelle-en-Vercors. Les courses seront faites sur la route. Pique-nique au camping puis direction sur un des sites d'escalade.

Jeudi : Trajet, course, installation, grimpe à la cîme du mas

Vendredi : Difficulté à La taupinière

Samedi : Tamée

Dimanche : Grimpe + retour

- Retour le dimanche 17/07, aux alentours de 17h/17h30 au comité. Le programme peut évoluer en fonction de la météo, une visite de monument ou musée sera organisé en cas de forte pluie.

Matériel : Voici une liste (non exhaustive) du matériel nécessaire au stage

- Un pique-nique pour le repas du midi du premier jour !

- Matériel de camping :

* Tentes : Attention, cette année, les consignes sanitaires nous imposent une tente par personne ou éventuellement une tente 3 places pour deux. Vous avez dans la liste des destinataires de ce mail les contacts des participants au stage, merci de vous organiser pour que nous puissions respecter ces consignes.

* Duvets, affaires de toilette (brosses à dents, savon etc..).

Popotes (assiettes + couverts de camping)

Pensez à prendre des vêtements chauds et de pluie.

Maillot de bain.

* Pensez à vos masques pour les trajets, ce sera obligatoire. + Crème solaire/casquette/lunette de soleil

- Matériel d'escalade :

*Obligatoire : chaussures fermées pour les marches d'approche, chaussons d'escalade, élastiques si cheveux longs

*Facultatif : Baudriers, appareils d'assurage, casques, dégaines, sac à pof (+ brosse à cailloux),

Un grand SOURIRE ! 😊

Téléphones encadrants du stage :

SAINTE-CROIX Alexis 0688312120