

Activité

Initiation longue voie (3/4)

Ce que

Type de course

Esca (Escalade)

Quand

Date de début

Do 28. Mai 2026 Abend

Lieu de rendez-vous

Do 28. Mai 2026, 18.30 Uhr, Stamm

Qui

Groupe

Actifs

Chef de course 1

Titus Haenni

Chef de course 2

Exigences techn.

5c

Exigences phys.

A,

Itinéraire / détail

Tu pratiques l'escalade en tête sur falaise et souhaites te lancer dans des itinéraires de plus grande ampleur?

Cette initiation en 4 blocs vise à transmettre les bases permettant d'évoluer en sécurité dans des voies d'escalade sportive de plusieurs longueurs. Une discipline complexe qui nécessite un certain nombre de techniques et tactiques.

Info supplémentaire

Bloc 3 en salle: préparation de course. Lors de cette soirée, on vous transmettra les bases de la planification d'une sortie, puis on préparera ensemble la course d'application.

Participation à tous les blocs obligatoire. Rendez-vous au stamm dès 18h30. Cette activité est ouverte aux personnes intéressées par les notions de préparation de course. Assurance obligatoire pour les accidents non professionnels. Une protection complémentaire type Rega / Air Gaciers / Air Zermatt est en outre recommandée. Note que lorsque tu t'inscris: - tu confirmes avoir lu avec attention, et assimilé, la charte des chefs de course (<https://cas-le-gag.ch/le-club/minformer-sur-le-club/charte-chefs-de-course/>) - tu t'engages à venir, à moins d'empêchement pour état de santé ou autre motif impérieux, auquel cas on te prie d'avertir aussi rapidement que possible. Les désistements de dernière minute ne sont pas dans les bonnes pratiques de la montagne.

Equipement

De quoi écrire et noter.

Inscription

Inscription

Online von Sa 11. Apr. 2026 bis Mo 25. Mai 2026, Max. TN 5