



COURS PARTICULIERS

UN COURS EN FONCTION DE VOS BESOINS

- > DÉCOUVERTE DE L'ACTIVITE
- > APPRENTISSAGE SECURITAIRES
- > PROGRESSION TECHNIQUE

Durée : 1 heure

(HORAIRE À VOTRE CONVENANCE)

à savoir :

- Encadrement par un moniteur Diplômé d'État Escalade
- Location du baudrier et des chaussons compris
- Tous niveaux
- Tarif dégressif si plusieurs grimpeurs
- Accès à la salle après le cours
- Cours sur réservation

CLIMB UP LYON

11 rue Lortet
69007 Lyon

Tél : 04 72 71 83 84
contact@climb-up-lyon.fr

www.climb-up-lyon.fr



CONTENU DU COURS

EN FONCTION DE VOS BESOINS :

- . DÉCOUVERTE DE L'ACTIVITÉ / AUTONOMIE EN MOULINETTE
- . DÉCOUVERTE DE L'ESCALADE EN TÊTE
- . TECHNIQUES DE CORDES SPÉCIFIQUES À L'ESCALADE EN EXTÉRIEUR
- . PROGRESSION TECHNIQUE EN ESCALADE
- . GESTION DES ÉMOTIONS

ÉVOLUTIONS POSSIBLES

- **STAGE TRIMESTRIEL LOISIR/ CONFIRMÉ :**
8 séances + 1 sortie falaise
- **STAGE ANNUEL LOISIR / CONFIRMÉ :**
24 séances + 3 sorties
- **CARTE DE 5 COURS D'1 HEURE**

CLIMB UP LYON

11 rue Lortet
69007 Lyon

Tél : 04 72 71 83 84
contact@climb-up-lyon.fr

www.climb-up-lyon.fr