



STAGE ANNUEL LOISIR

DEVENEZ AUTONOME EN SALLE
ET DECOUVREZ LA FALAISE

- > DÉCOUVERTE DE L'ACTIVITE
- > AUTONOMIE EN MOULINETTE ET EN TÊTE
- > APPRENTISSAGES TECHNIQUES

+ 3 sorties extérieures

à savoir :

- Encadrement par un moniteur Diplômé d'État Escalade
- Location du baudrier et des chaussons compris
- Déplacement en co-voiturage pour les sorties
- Stage sur réservation
- Abonnement 7j/7 dès 150€
(valable jusqu'au 31 août de l'année du stage)

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 STAGE

APPRENTISSAGE DES NOTIONS DE SÉCURITÉ :

- Installation du matériel de sécurité
- Autonomie en moulinette et en tête
- Escalade en milieu naturel

TECHNIQUE :

- Apprentissage des placements de base
- Développement du répertoire gestuel (grimpe de profil, pose de pieds, transfert de poids...)

ESCALADE EN MILIEU NATUREL :

- Apprentissage des techniques de corde
- Apprentissage des techniques d'escalade spécifiques en fonction du milieu

ÉVOLUTION POSSIBLE

- **STAGE ANNUEL CONFIRMÉ :**
24 séances + 3 sorties
- **SORTIES EXTÉRIEURES :**
Falaise, canyoning, via ferrata
- **SORTIES GRANDES VOIES**

CLIMB UP LYON

11 rue Lortet
69007 Lyon

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

www.climb-up-lyon.fr