

Séances et licences

Les séances du mardi pourront se dérouler sur le mur à cordes et/ou l'espace de bloc.

Les séances du mercredi se dérouleront sur le bloc et/ou le mur à cordes.

Les séances du jeudi et du samedi se dérouleront uniquement sur le mur à cordes.

Toutes les séances seront encadrées excepté pour le créneau adultes autonomes du jeudi soir (20h-22h)

Coût de la licence pour la saison 2014-2015 :

-Compétition (âge minimum : 12 ans) : 150 €

-Enfants 6/8ans : 115€

-Enfants 9/13 : 125€

-Ados (14 et plus): 130€

-Adultes : 140€

Une remise de 15 euros par licence est accordée à partir de la 3ème licence prise au club par une même famille.

Différents moyens de paiement et d'échelonnement sont possibles, y compris en chèques-vacances. Lors des premières séances, vous pourrez poser toutes vos questions à l'équipe du club.



Pour nous contacter

Présidente

Nathalie Bigeon - 06.66.99.05.85

Secrétaires

Christophe Kayser -06.18.64.14.61

Sébastien Passelande-06.45.59.55.71

Trésorières

Céline Girault - 06.89.41.68.45

France Crétois -06.38.95.11.03

Par mail: contact@nos-escalade.com

Par notre site web: nos-escalade.com

Evénements

Novembre/décembre: opération vente de tourtons

Samedi 20 décembre: challenge de Noël (salle de la Chesnaie)

Dimanche 1er mars: championnat régional de bloc (jeunes/vétérans)



NOS

Quand ?

Escalade

Où ?



Comment ?

Pratiquer l'escalade



Une structure de bloc de niveau régional

Le bloc se pratique sans baudrier ni corde. Cette pratique consiste à travailler et enchaîner des mouvements spécifiques. Cette discipline ludique se travaille à faible hauteur et nécessite l'emploi de tapis adaptés.

La structure de 36 mètres de long pour une hauteur de 4m50 au plus haut, est la première de Loire-Atlantique. Elle permet aux adhérents du club de développer plus rapidement des techniques spécifiques. Elle a accueilli 2 compétitions importantes en 2014 (La Régionale de Bloc en février et le Championnat de France de Bloc en mars).



L'organisation des groupes 2014-15

Les groupes seront constitués en fonction de l'âge et du niveau d'escalade et définis comme suit:

- * Groupe enfants : 6/8 ans (pratique sur bloc exclusivement, effectif: 15)
- * Groupes enfants : 9/13 ans (débutants/ perfectionnement ,effectif :12)
- * Groupe compétition : âge minimum 12 ans (effectif :12)
- * Groupe adultes /ados: débutants/loisir (effectif :15)
- * Groupe adultes : perfectionnement (effectif: 20)

Une évaluation sera faite par les encadrants tout au long de la saison pour définir l'autonomie de chaque adhérent et leur permettre ainsi d'accéder aux moments de grimpe libre.

Les créneaux horaires 2014-15

Mardi

18h à 20h : groupe compétition (âge minimum : 12 ans)
20h à 22h : groupe adultes (perfectionnement)

Mercredi :

18h à 19h : enfants (6 /8 ans)
19h15 à 21h00 : enfants (9/13 ans-perfectionnement)
20h à 22h : adultes /ados (débutants/loisir)

Jeudi :

18h à 20h : enfants (9/13 ans– débutants)
20h à 22h : créneau autonome (adultes) avec réservation en ligne

Samedi :

9h à 11h : groupe compétition
11h à 13h : enfants (9/13 ans– débutants)

Le mur à cordes rénové !

