



# STAGE ESCALADE

7-14 ans

**Tu es un véritable grimpeur ou tu voudrais gravir quelque chose de plus grand que l'arbre du bout de ton jardin ?**

**Alors viens découvrir avec nous les différents style de grimpe !** (Le bloc, la voie, la vitesse).

Au travers de ce stage, tu auras l'occasion de découvrir cette belle discipline aussi bien physique que mentale !

Tu apprendras également les gestes d'assurage, les différentes techniques d'escalade et à gérer la hauteur.

Tu évolueras sur des voies plus ou moins difficiles en fonction de ton niveau.

Le stage se déroulera aux salles de **What's up à Wambrechies et Villeneuve d'Ascq**. Tout cela **encadré par Bastien, un grimpeur diplômé**.

Enfin, au cours de la semaine, nous ferons une **sortie accrobranche**.

Les déplacements se feront à vélo.

**Dates :** Du 26 au 30 août 2019

**Lieu d'accueil :**

Espace sportif de Bondues, chemin St Georges

**Horaires :** Accueil 8h30 jusqu'à 12h puis de 13h30 à 16h30

**Garderie :** À partir de 7h30, jusqu'à 18h30

**Restauration :** Possibilité de venir avec son pique-nique. Repas encadré par les animateurs

**Contact :** Timothée Knaepen  
07 87 03 63 84  
(à partir du 08/07 jusqu'au 30/08)



DISCIPLINE

GRIMPER

WHAT'SUP

ESCALADE

PERFECTIONNEMENT

DÉCOUVERTE

BASTIEN

VÉLO

ÉCHANGE

DES RENCONTRES

DIFFÉRENTS NIVEAUX

UNE SEMAINE DE FOLIE