

## Stage manip' et sécurité - découverte



Vous débutez en escalade ?

Les termes « nœud de cabestan », « relais triangulé », « grimper en réversible », ..., ne vous disent rien ?

Vous souhaitez acquérir une autonomie suffisante pour aller grimper seuls en extérieur ?

Notre BE, Christophe, et votre club préféré vous proposent de répondre à toutes ces questions, et plus encore, durant ce stage de découverte des manipulations et notions de base à connaître absolument pour pouvoir évoluer seuls sur nos belles parois corses !!!

Ce stage se déroulera sur une journée et demie :

\_ **Le samedi 18 novembre à partir de 19h00** une formation aura lieu à la salle.

\_ Le **dimanche 19 novembre**, la journée sera consacrée à la mise en application en extérieur.

Le coût du stage sera de 10€ par personne et le nombre de stagiaires sera compris entre 5 au minimum et 10 au maximum.

**Pré-requis obligatoires** : être adhérent du Corsica Roc et avoir sa licence FFCAM à jour.

**Pour vous inscrire** : remplir la fiche d'inscription mise à disposition sur le tableau à la salle.

**Date limite d'inscription et de règlement du stage** : samedi 11 nov

