



CEBB  
13 quartier de Rieuchaud  
26 170 Buis Les Baronniees

☎ 04 75 28 05 42  
@ buis.escalade@gmail.com  
💻 <http://escabuis.canalblog.com/>

## Cycles d'escalade 2016-2017 Enfants 6-9 ans / Ados 10-14 ans

Le Centre d'Escalade du Buis et des Baronniees met en place des cours d'escalade qui débiteront en septembre 2016. Deux Cycles seront proposés :

- Cycle Enfants 6 à 9 ans
- Cycle Ados 10 à 14 ans.

**Objectifs des cycles :** l'escalade s'apprend, alors nous vous la ferons découvrir ! Simplement pour vous initier à la gestuelle, au vocabulaire et aux techniques élémentaires.

- Découverte, initiation et progression dans les activités verticales.
- Évoluer dans un environnement spécifique en sécurité.
- S'amuser, s'approprier le milieu et l'activité verticale.
- Prendre confiance en soi et dépasser ses limites et ce de manière ludique

**« Le plaisir de grimper en toute sécurité »**

### **Encadrement :**

L'encadrement sera assuré par Jérémie Calvet, moniteur breveté d'état d'escalade et de canyon.

### **Déroulement des séances :**

- Installation du matériel, équipement (boudrier, chaussons), présentation du déroulement de la séance.
- Échauffement général puis spécifique.
  - Escalade avec corde sur le mur par groupe de deux ou trois (monter, descendre, s'assurer sur le mur du gymnase à l'aide de matériel spécifique).
- Selon la période** - Grimpe de bloc sans corde au mur des Tuves.
- Sorties sur sites naturels et apprentissage des techniques propres aux falaises naturelles.
- Rangement du matériel, bilan de la séance.

Chaque séance est adaptée en fonction du nombre, de la motivation et des niveaux.

### Lieu de l'activité :

Les séances auront lieu au mur du gymnase intercommunal de Buis-les-Baronnies, des sorties à la salle de bloc des Tuves ou en falaise pourront avoir lieu exceptionnellement. Pour les sorties en falaise le transport sera à la charge des parents. Des sites proches de Buis les Baronnies seront choisis.

### Dates :

Les séances auront lieu :

- **Pour les « 6 / 9 ans » : les jeudis de 17h à 18h15.**
- **Pour les « 10 / 14 ans » : les jeudis de 18h15 à 19h30.**

Aucune séance n'est programmée pendant les vacances scolaires ou lors des jours fériés (voir détail des dates ci-joint).

### Matériel :

Il est conseillé d'avoir ses propres chaussons ou à défaut une paire de basket. Le club peut toutefois mettre à disposition du matériel pour débiter. Les équipements collectifs sont compris (baudriers, cordes, systèmes d'assurages...).

### Coût :

Le coût du cycle est de 210 euros. A cela il faut ajouter l'adhésion annuelle au Club d' Escalade de Buis-les-Baronnies (5 euros) ainsi que la licence à la Fédération de la Montagne et de l'Escalade (environ 40 euros en fonction de l'assurance choisie). Possibilité de payer en 3 fois, mais trois chèques devront être remis en début d'année. Ils seront encaissés à chaque début de trimestre.

#### **Tableau récapitulatif tarif :**

	<b>A l'année</b>	<b>Au Trimestre</b>
<b>Cours escalade</b> <i>encadrement des séances</i>	210 euros 190 euros pour le 2ème enfant et +	110 euros
<b>Adhésion club (obligatoire)</b>	5 euros	5 euros (annuel)
<b>Licence FFME (obligatoire)</b>	Environ 40 euros	Environ 40 euros (annuel)
<b>Total (variable selon licence FFME)</b>	255 euros	155 euros

### Inscription :

Les places sont limitées pour des raisons de sécurité et de qualité d'encadrement. La priorité sera donnée aux inscriptions annuelles et dans l'ordre d'arrivée des demandes.

Une pré-inscription pourra être réalisée lors de la journée porte ouverte du samedi 11 juin ou par mail à [buis.escalade@gmail.com](mailto:buis.escalade@gmail.com) en précisant : nom, prénom de votre ou de vos enfants, âge, vos coordonnées téléphoniques.

L'inscription définitive se fera le samedi 10 septembre 2016 lors du forum des associations à Buis-les-Baronnies. Des inscriptions pourront se faire au fur et à mesure de l'année s'il reste des places disponibles (nombre d'enfants limité à 8 ou 10 selon les cours).

## **Planning :**

30 séances réparties sur trois trimestres sont prévues.

### **Premier trimestre : 10 séances**

Jeudi 15 septembre : Accueil des enfants et des parents par groupe respectif, présentation du déroulement de l'année.

Septembre : jeudi 22 et jeudi 29.

Octobre : jeudi 6 et jeudi 13.

Novembre : jeudi 3, jeudi 10, jeudi 17 et jeudi 24.

Décembre : jeudi 1<sup>er</sup>.

### **Deuxième trimestre : 10 séances**

Décembre : jeudi 8 et jeudi 15.

Janvier : jeudi 5, jeudi 12, jeudi 19 et jeudi 26.

Février : jeudi 2, jeudi 9 et Jeudi 16.

Mars : jeudi 9.

### **Troisième trimestre : 10 séances.**

Mars : jeudi 16, jeudi 23 et jeudi 30.

Avril : jeudi 6 et jeudi 13.

Mai : jeudi 4, jeudi 11 et jeudi 18.

Juin : jeudi 1 et jeudi 8.

---

## **En supplément :**

Propositions supplémentaires - Non comprises dans les 30 séances (tarifs et dates à définir) :

- Deux sorties en falaise le samedi à l'automne.
- Deux sorties en falaise le samedi au printemps.
- Deux sorties sur des contest, compétitions ou rassemblements.
- Un stage « sport nature » sur un week-end de fin d'année.

---

**En attendant n'hésitez pas à nous contacter par mail, par téléphone ou encore à jeter un coup d'œil sur le blog du club d'escalade de Buis-les-Baronnies.**

**Bon été à tous !!!**

**En espérant vous retrouver à la rentrée 2016.**

**Le CEBB.**