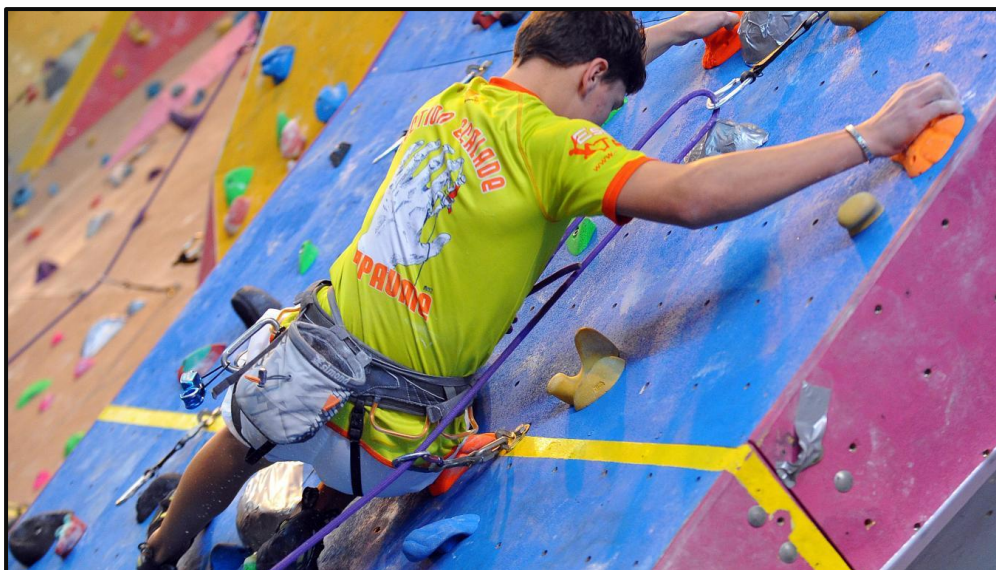


ESCALADE



Encadrant	Jour	Horaire	Lieu	Transport
Marielle SUCHET	Jeudi	13h45 à 15h45	Gymnase des écrins 1 allée de l'Ami du Peuple Evry Courcouronnes	Bus n° 402 Arrêt : "Temps des Cerises "
		15h45 à 17h45		

DESCRIPTION : L'activité proposée se pratique sur une **Structure Artificielle d'Escalade (mur d'escalade du Gymnase des Ecrins, 9 mètres de haut)** qui peut éventuellement déboucher sur un stage en falaise (escalade en milieu naturel ou via ferrata). Cette activité développe des qualités de force, de souplesse, de coordination et d'équilibre.

Apprendre à gérer son capital physique (s'échauffer, grimper en sécurité) et mental (gestion du stress) ; connaître et mettre en œuvre les fondamentaux techniques et les règles de sécurité (assurer, grimper en tête) ; coopérer et échanger avec d'autres étudiants.

TENUE : Tenue d'EPS ; tout le matériel de sécurité est fourni.

Il est préférable de venir avec ses propres chaussons d'escalade.

