



SORTIE FALAISE

Nous vous proposons de venir grimper à la falaise de Cordis près de Marignac (17)
Il y en aura pour tous, en tête ou en moulinette.

Dimanche 4 JUIN 2023
Grimpeurs débutants et autonomes



Le club de Marsas Montagne et Escalade fourni le matériel sauf les chaussons d'escalade.

Encadrement : initiateurs SNE.

Transport par covoiturage depuis le gymnase de Marsas

Inscription : Sur le site Marsas Montagne et Escalade (planning/Calendrier)

(Impératif pour que nous puissions prévoir le matériel et transport nécessaire, merci)



Organisation :

Départ du gymnase de Marsas à 10h (**rendez vous 9h45 pour distribution du matériel**)

Retour en fin d'après midi aux alentours de 17h30/18h

Transport par covoiturage

Matériel et équipement à prévoir :

Tenue de sport, vêtements de rechange

Un coupe vent et polaire selon la météo

Chaussons d'escalade

Lunettes de soleil, casquette et crème solaire

Eventuellement un bandana pour mettre sous le casque (transpiration importante en été)

De quoi se désaltérer toute la journée, gourde et/ou thermos selon la saison.

Repas de midi (casse croûte, pique nique)

Matériel collectif fourni par le club :

Corde à simple, relais, dégaines (encadrant et grimpeurs autonomes en falaise)

Frein d'assurage, baudrier pour les débutants.

Casques pour tous ceux qui n'en ont pas.

***Attention !
Port du casque
obligatoire en falaise !***

Pour toute question ou doute n'hésitez pas à contacter : Hugues 06 89 07 69 06