MARSAS
ESCALADE et MONTAGNE

16 et 23 AVRIL 2023

FORMATION FALAISE

Les beaux jours approchent, nous vous proposons une formation aux notions et techniques de base de l'escalade en falaise à la SAE de Marsas

Cette formation se déroulera en deux séances les 16 et 23 Avril, la finalisation se déroulera lors des sorties en falaise au printemps.

Dimanche 16 AVRIL : GRIMPER EN TÊTE EN FALAISE ECOLE D'UNE LONGUEUR AVEC RELAIS EQUIPES

- Notions de base pour débuter en tête sur voie avec relais équipé (maillon rapide).

Dimanche 23 AVRIL : GRIMPER EN TÊTE EN FALAISE D'UNE LONGUEUR AVEC RELAIS NON EQUIPES

- Descente en rappel
- Pause et dépose de relais triangulés directionnels
- Réchappe en paroi

Remseignements complémentaires :
Hugues 06 89 07 69 06
Domi 07 69 11 56 07

Public concerné : Grimpeurs autonome en tête en SAE ou grimpeur autonome ayant déjà grimpé en falaise et désireux de se recycler (priorité aux débutants).

Les deux séances se dérouleront à la SAE de Marsas, début des séances 10h, rdv 9h45, fin 16h30.

Inscriptions obligatoires sur le site de MARSAS MONTAGNE ESCALADE (10 places disponibles).