

« Réussir sa grande voie »



**Samedi 2 juin 2018
de 14h00 à 18h00**
*Gymnase Toussaint Louverture
117 route des petits ponts
93290 Tremblay en France*

L'objectif de cette formation est de vous donner le bagage nécessaire pour arriver en haut d'une grande voie, d'en redescendre, et que cela soit un bon souvenir !

Nous traiterons particulièrement de la méthodologie pour préparer son ascension, quels sont les bons réflexes ? quels matériels et équipements emmener obligatoirement et facultativement ?

La formation se déroule en trois parties :

- Exposé à partir du support de la formation.
- Mise en pratique à partir des topos : les cordées préparent leur grande voie, exposent leur projet et nous échangeons !
- Techniques de relais réversible, du rappel.... mise en pratique sur la SAE du gymnase.

Pré-requis : Avoir une expérience falaise ! être sorti de son gymnase dans la nature ! être autonome en « couenne »

Matériel : Stylo/papier pour les traditionnalistes, micro/smartphone/tablette pour les geeks.

Votre matériel perso Grande Voie ! ou au minimum : baudrier, 2 dégaines, longe, 2 mousquetons à vis, système d'assurance, machard.

12 stagiaires maximum

Formateur : Jean-Marc Dussort, moniteur « grandes voies »



Informations et inscriptions (mail de préférence):

dussort.jm@orange.fr

Jean-Marc : 06 78 99 70 91