

Programme type

stage jeune multi-activités escalade et canyon Vercors

Ce stage est ouvert aux jeunes à partir de 12 ans, pratiquant occasionnellement ou déjà régulièrement l'escalade. Le rythme de la semaine se fera en fonction de la météo, du niveau des jeunes et des envies du groupe. Nous ferons ainsi une à deux journées de canyon et trois à quatre journées d'escalade en milieux naturels : escalade en voies d'une longueur, escalade en grandes voies, course d'arête et via corda ☺

L'hébergement se fait en centre de vacances où les jeunes profitent de grands espaces de jeux (volley, pétanque, foot, piscine ...) pour les soirées.

Lundi : escalade sur l'un des sites suivants, offrant de nombreuses et belles voies d'escalade tous niveaux : désert de l'écureuil, petit désert, rochers de Comboire. Nous reverrons les manips pour grimper dehors en sécurité : assurage et grimpe en moulinette et en tête, manip de haut de voie. Nous nous préparons aussi à grimper en grandes voies : progresser sur plusieurs longueurs, descente en rappel. C'est une première journée bien complète !



Mardi : Via corda de la Vierge du Vercors. Cette via corda permet de mettre en pratique les apprentissages de la veille (monter en tête, assurer le second au relais), et les techniques de progression (longueurs / corde tendue), en toute sécurité.



Mercredi et/ou jeudi : les canyons du Versoud et du Furon raviront les jeunes avec leurs nombreux toboggans, sauts ou descentes en rappel. Plouf !



Mercredi et/ou jeudi : nous irons faire une grande voie bien équipée avec une belle descente en rappel à la fin !



Vendredi : pour finir cette semaine en beauté, nous irons faire une belle course d'arête aux trois pucelles.

