

L'esprit Club Alpin



Escalade en extérieur

3 avril 2023



Ordre du jour

- L'escalade au CAF d'Annecy
- Communication et outils
- Retour sur la saison en intérieur
- Présentation de la saison en extérieur
- Divers

L'escalade au CAF d'Annecy

- Escalade = une activité parmi d'autres dans un club **MONTAGNE**
- Des bénévoles pour organiser et encadrer l'activité



Jérôme, Guilhem, Geoffroy, Jean-luc, Kevin, Marc, Sylvène, Claude, Charlie sont quelques uns des initiateurs ©G. Luu



L'escalade au CAF d'Annecy

Hiver

- **Grimpe en SAE (Site Artificiel d'Escalade)**
De mi-Septembre jusqu'aux vacances de Pâques
Des cours et des accès libres réguliers ; des accès pendant les vacances scolaires
- **Entretien des voies** : démontage des prises et réouverture des voies
- **Vérification du matériel**



Nous avons
besoin de
bénévoles

L'escalade au CAF d'Annecy

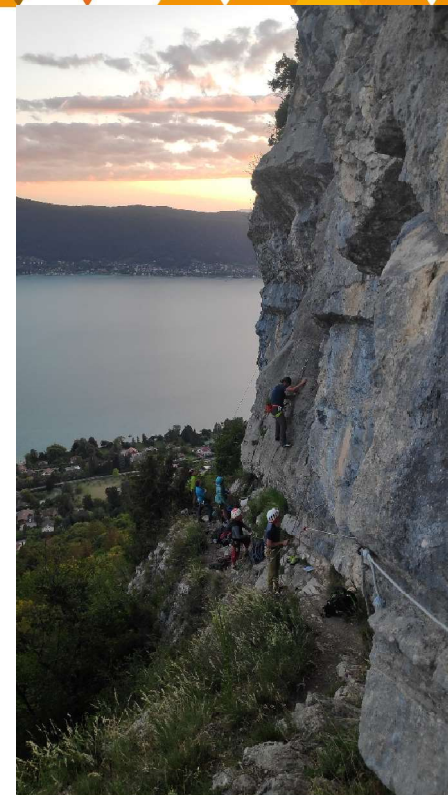
Printemps- Été

- **Grimpe en SNE (Site Naturel d'Escalade)**

Des vacances de Pâques jusqu'à fin juin

Des cours et des accès libres réguliers

Des sorties ponctuelles toute l'année



Communication



- **Inscription à la mailing list** → envoyer un mail vide à escalade-caf-annecy+subscribe@googlegroups.com
- **Contacts :**
 - Cours : Benoît escalade.cours@cafannecy.fr
 - Accès libre : Geoffroy escalade.acceslibre@cafannecy.fr
 - Formation : Charlie escalade.formation@cafannecy.fr
 - Divers : Noémie escalade@cafannecy.fr
- Espace licencié FFCAM : permet de vérifier votre formation

Communication

- Site internet
(cafannecy.fr/pratiquer/escalade)
- Contacts
- Toutes les informations
- Lien pour s'inscrire à la mailing-list



ESCALADE

Contact : escalade@cafannecy.fr

Pour les cours : escalade.cours@cafannecy.fr

Pour les accès libre : escalade.acceslibre@cafannecy.fr

Pour les formations : escalade.formation@cafannecy.fr



L'escalade est une activité basée sur la passion, l'entraide, le partage des compétences de **tous les pratiquants**.

Les cours sont le tremplin vers une longue carrière de grimpeur.

Les collectives permettent la rencontre d'autres grimpeurs qui ont les mêmes affinités.

La grimpe hivernale permet de garder et d'améliorer ses acquis.

Une saison d'escalade au sein du CAF est très complète :

- Vous débutez en septembre par grimper en SAE (Structure Artificielle d'Escalade), vous pourrez pratiquer sur mur ou en bloc, en accès libre ou en prenant des cours.
- Après les vacances de Pâques, vous pourrez grimper le soir en semaine aux différents site école de SNE (Site Naturel d'Escalade). Nous proposons également

des cours et accès libres pour débutants et expérimentés.

- En plus de ces cycles, les initiateurs bénévoles proposent des collectives le week-end, sur un ou plusieurs jours. En SNE, GV (Grande Voie), et même du psicobloc !

- Grimpe hivernale sur structures artificielles (SAE) → [en savoir +](#)
- Cours et accès libre (cycle) en extérieur au printemps (SNE) → [en savoir +](#)
- Sorties en collectives falaises ou écoles (SNE, GV, Psicobloc,...) → [en savoir +](#)
- Cours de formation → [en savoir +](#)
- Spécificités pour la pratique des mineurs → [en savoir +](#)

Différents topos sont également disponibles pour des sites ou voies d'escalade récemment aménagés dans la région + possibilité d'en louer à la bibliothèque

: <https://www.cafannecy.fr/protoger/equipement-des-sites-topos>

Pour recevoir toutes les informations relatives à l'escalade comme les dates d'ouverture des inscriptions, inscrivez-vous à la mailing-list en envoyant un email vide à : escalade-caf-annecy+subscribe@googlegroups.com

Communication

- Site des collectives
- Inscriptions aux sorties, cours, ...
- Mis en place en 2022 d'un **règlement SAE** : prenez-en connaissance (disponible sur le site du CAF et sur les collectives)

ÉVÉNEMENTS DU CLUB

Passées Annulées Tous types d'événement Toutes activités
Tous labels

Titre Recherche - Date À partir de Encadrant Recherche

Filtrer par type d'événement

- Tous types d'événement
- Collective
- Jeunes
- Formation
- Soirée
- Randonnées lointaines
- Inscription en ligne
- Achat groupé

indique une inscription pour un achat collectif à tarif préférentiel

Sélectionner votre activité

- Toutes activités
- Alpinisme
- Canyon
- Cascade de glace
- Escalade
- Marche nordique
- Parapente
- Randonnée montagne
- Randonnée raquettes
- Ski de fond et rando nordique

indique une sortie avec des moyens de transport éco-responsables (vélo, bus...)

Filtrer par label

- Tous labels
- Mobilité douce
- Connaissance et protection de la
- Séjour
- Randonnée alpine
- Handicap
- Groupe Jeunes Alpinistes
- Événement
- Cycle découverte
- Rando Cool

indique une sortie comprise dans un 'séjour' de plusieurs journées consécutives

indique une randonnée avec des passages engagés et exposés à la chute

indique une sortie qui fait partie d'un cycle de plusieurs journées non consécutives

indique une sortie au dénivelé entre 800m et 1200m et au rythme 'cool' de 300m / heure

ATTENTION !
Une inscription vous engage ! Se désinscrire à l'improviste n'est pas anodin et bouleverse l'organisation logistique de l'encadrant bénévole. Pensez-y lorsque vous vous inscrivez !

Retour sur la saison SAE

- 215 participants
- Par semaine :
 - Voies : 7 accès libre + 6 cours
 - Pan : 3 accès libres
 - Jeunes : 3 cours
- **Fonctionnement** : inscription à un créneau pour la saison. A valider chaque semaine. Si un créneau n'est pas plein, il est ouvert à tous les grimpeurs 2 jours avant.
- Attention à laisser les salles correctement : remonter les cordes, décliper les dégaines, ranger les tapis



Saison SNE Jeunes



- 2 propositions de stage en avril :
 - 10-13 ans sur les falaises de la région
 - 13-17 ans dans le Briançonnais ➔ **ANNULE** ; Remplacé par des Grandes voies dans le coin
- Cours hebdo le mercredi après-midi du 26 avril au 5 juillet
- 13h – 17h
- 8 places

Saison SNE Adultes



- Du 24 avril au 1^{er} juillet
- 3 cycles :
 - Cours hebdomadaires « Reprise et découverte » réservés en priorité aux Grimpeurs des cours SAE
 - Accès libres hebdomadaires
 - Nouveauté : « vers l'autonomie en Grande Voie » . Prérequis : autonome en SNE

➔ *Repli possible en salle en cas de mauvais temps*

- Collectives ponctuelles selon les possibilités des encadrants
- Peu d'encadrants donc peu de créneaux proposés.
= Si vous vous inscrivez vous vous engagez à venir chaque semaine sur votre créneau

Saison SNE

- 12 à 15 places par groupe
- Cours : 60 € d'inscription / GV : 30€
- Accès libre : 0€
- Inscription à partir du 6/04/2023 pour les personnes déjà inscrites aux cours –
Le 7/04 pour les autres



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Cours Reprise et découverte SNE			<i>Jacques/Jean-Luc/Philippe/Pascal</i>	<i>René/Janine/Isabelle/Claude</i>		<i>Jean-François</i>
Cours Grande voie	<i>Juin : Michel/Charlie</i>			<i>Mai : Geoffroy/Charlie</i>		
Accès libre		<i>Geoffroy/Ismaël Maxime/Sébastien</i>	Niveau mini 5b/5c en tête <i>Sylvène/Darin/Simon</i>		<i>Marc/Jean-Pierre</i>	

Saison SNE

- Pour s'inscrire aux cycles



ÉVÉNEMENTS DU CLUB

Passées

Annulées



Inscription en ligne



Escalade



Tous labels



A decorative border composed of a repeating pattern of triangles and hexagons in shades of orange, yellow, and brown. The pattern is dense and geometric, featuring various orientations of the shapes to create a complex, tessellated effect. The colors range from light yellow to deep brown, with some white spaces interspersed within the geometric arrangement.

- [illegible]

SNE : Être autonome = définition

Initié SAE

- Connaître mon matériel
- Nœud de 8 + nœud d'arrêt
- Vérification mutuelle = Partner check
- Assurer en moulinette (assurage 5 temps + descente contrôlée)
- Assurer en tête (parade, couloir de chute, dynamiser la chute)
- Grimper en moulinette et en tête (mousquetonnage)
- Niveau de pratique maîtrisé de 5a en tête sur SAE.
- Connaître le système des cotations en escalade.
-



Initié SNE

Idem que l'initié SAE avec en plus :

- Anticiper et gérer le matériel nécessaire en fonction des indications du topo et des observations visuelles : limitation du tirage, nombre et longueur des dégaines, disposition sur le harnais ...
- Adapter son assurage en fonction du profil et des reliefs de la voie.
- Savoir reconnaître un relais sécurisé.
- Maîtriser la technique dite du « maillon rapide » pour redescendre en moulinette (Manip de haut de voies).
- Savoir utiliser une longe : identifier sa conformité (corde dynamique), la placer correctement sur son harnais, et la connecter au point d'ancrage avec un mousqueton de sécurité.
- Connaître quelques notions de mécanique : force de choc, facteur de chute.

Évènements



- **Le premier Week-end d'intégration Escalade (40places)**
 - Du 6 au 8 mai
 - Dentelles de Montmirail
- **Séjour Couennes à Orpierre (complet) du 18 au 21 mai**
- **Week-end Grandes voies dans le Chablais ; autonome en GV – 5c mini**
- **Camp d'été à la Bérarde du 10 au 21 juillet**
 - Multi-activités
 - Plus d'infos à venir bientôt





Des questions ?

Questions abordées à la présentation + précision



- **Cycle Grandes voie : cycle d'1 mois avec 3-4 soirées pour apprendre les manips en couenne et mise en application d'une grande voie**
- **Pour la Grande voie il faut être autonome donc pas possible de faire en parallèle les cours en couenne et les cours GV**
- **Pas d'équivalence entre FSGT et FFCAM pour les niveaux et diplômes**
- **Pas besoin de l'autonomie officielle (validée sur l'espace licencié) pour accéder aux accès libres et cours Grandes Voies : par contre s'il s'avère que vous n'êtes pas autonomes la suite du cycle vous sera refusé, sans remboursement**