

*L'esprit Club Alpin*



Escalade en extérieur

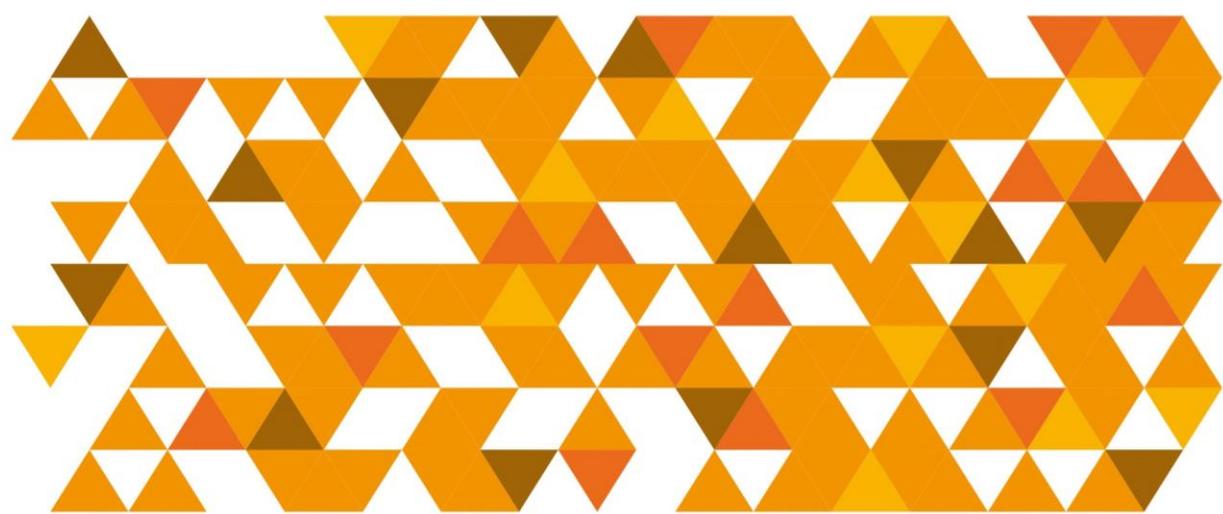
3 avril 2024



# 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

# **Le CAF d'Annecy**



- Des nouveaux adhérents au CAF ?
- Des nouveaux dans l'activité escalade ?
- Des parents présents pour leurs enfants ?

# Le CAF d'Annecy

- Étape 1 : Adhésion au CAF Annecy



Navigation menu with dropdowns: LE CLUB (INFOS PRATIQUES), COMPTES-RENDUS (ET PHOTOS), REFUGES, JEUNES, PRATIQUER (DES ACTIVITÉS), PARTAGER, PROTÉGER, ÉVÉNEMENTS. Search bar: Recherche...

Accessibility: A A A | Se deconnecter | Social media icons: LinkedIn, Instagram, Facebook

ACTUALITÉS  
Week-end d'intégration Escalade : ouverture des inscriptions  
Venez participer à la seconde édition du

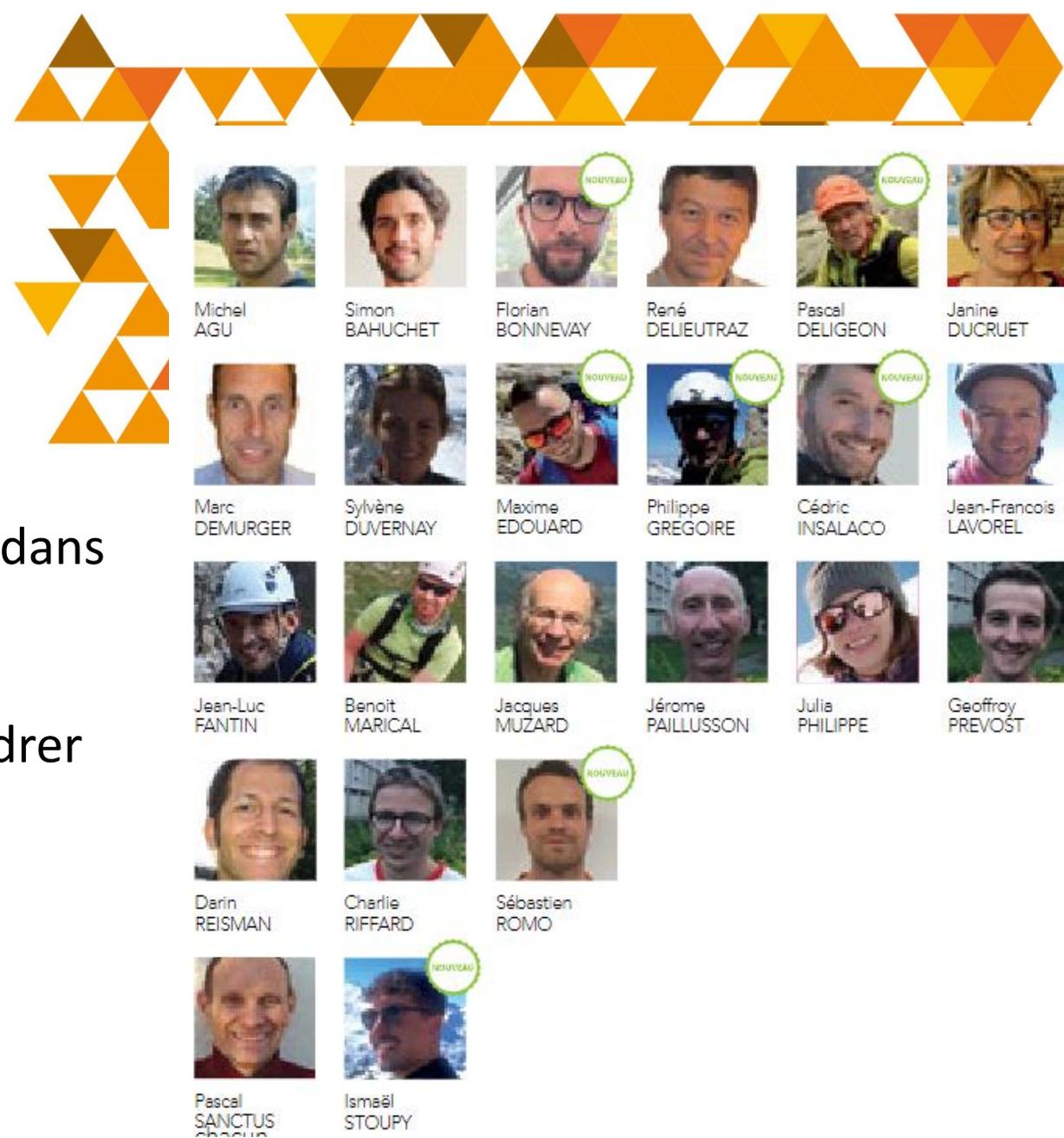
Les 150 ans du CAF Annecy  
Détails  
Mis à jour : jeudi 28 mars 2024 11:36  
Écrit par Communication  
Imprimer  
E-mail  
Modifier

ADHÉSION - ACCÈS RAPIDE  
Tout sur l'adhésion  
Adhérer au CAF d'Annecy

- Étape 2 : créer un compte sur le site des collectives : <https://collectives.cafannecy.fr/collectives/#p1>

# L'escalade au CAF d'Annecy

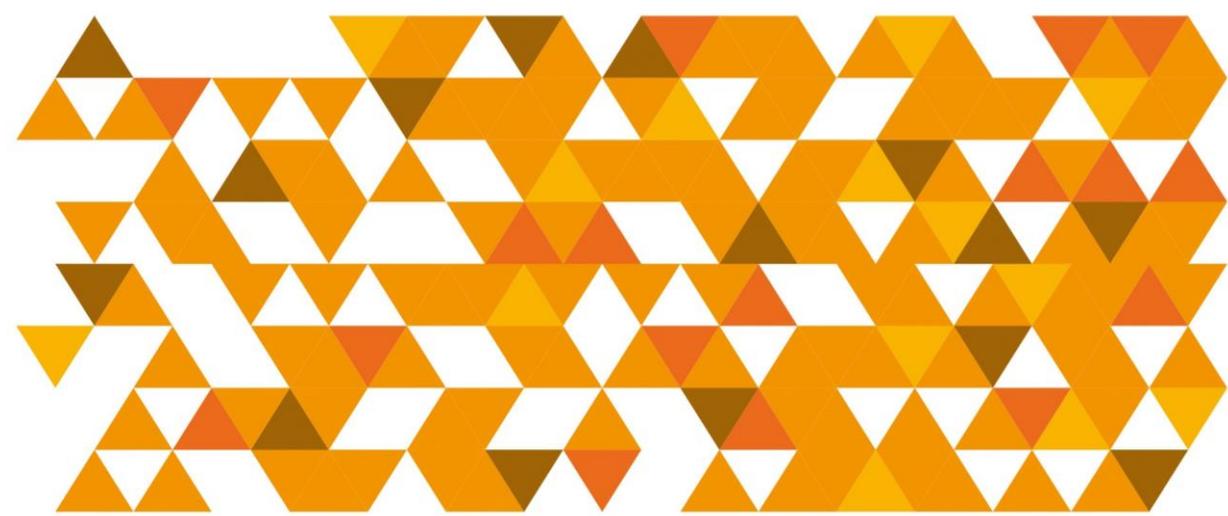
- Escalade = une activité parmi d'autres dans un club **MONTAGNE**
- Des **bénévoles** pour organiser et encadrer l'activité



# L'escalade au CAF d'Annecy

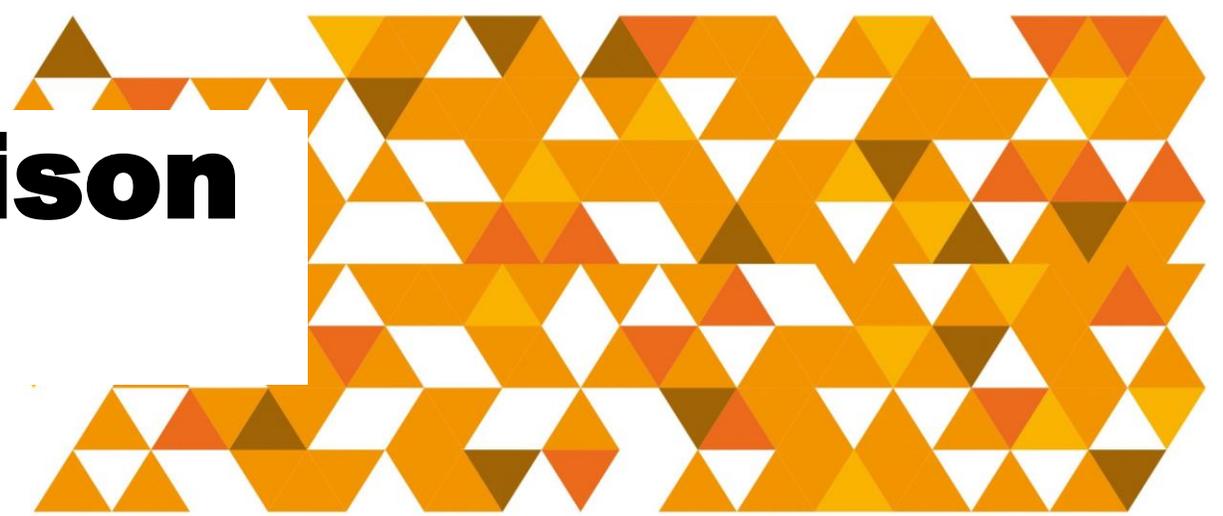
## Hiver

- **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

# Retour sur la saison en intérieur SAE



- 250 participants
- Par semaine :
  - Voies : 8 accès libre + 6 cours
  - Pan : 4 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

# L'escalade au CAF d'Annecy

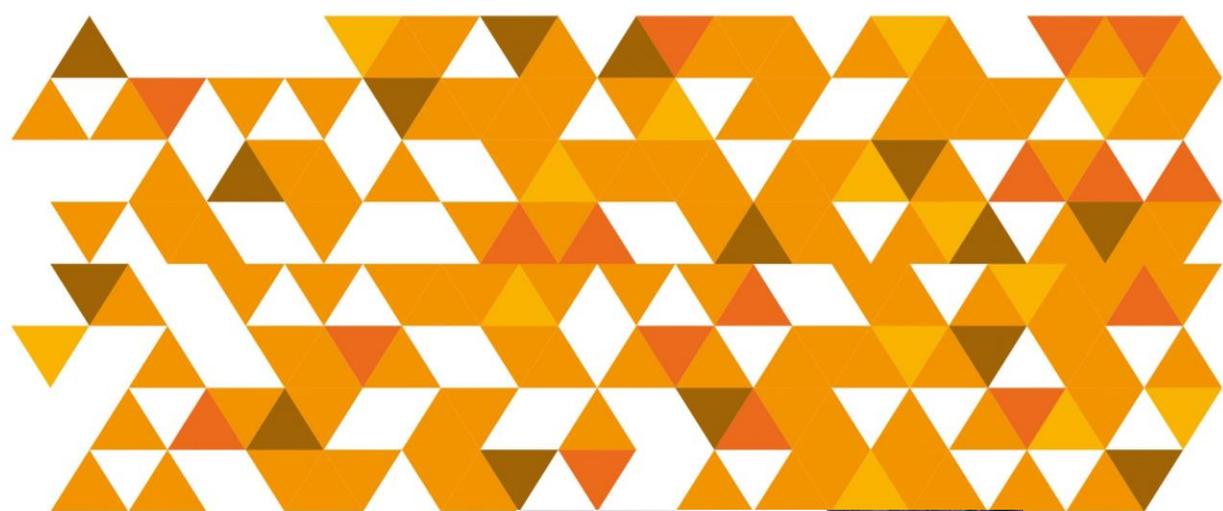
## Printemps- Été

- **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](mailto:escalade-caf-annecy+subscribe@googlegroups.com)
- Pour vérifier que vous êtes bien inscrit et pour consulter les mails précédemment envoyés, rendez-vous sur <https://groups.google.com/>
- **Contacts :**
  - Cours : Benoît [escalade.cours@cafannecy.fr](mailto:escalade.cours@cafannecy.fr)
  - Accès libre : Geoffroy [escalade.acceslibre@cafannecy.fr](mailto:escalade.acceslibre@cafannecy.fr)
  - Formation : Charlie [escalade.formation@cafannecy.fr](mailto:escalade.formation@cafannecy.fr)
  - Divers : Noémie [escalade@cafannecy.fr](mailto:escalade@cafannecy.fr)
- Espace licencié FFCAM : permet de vérifier votre formation

# Communication

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



Contact : [escalade@cafannecy.fr](mailto:escalade@cafannecy.fr)  
Pour les cours : [escalade.cours@cafannecy.fr](mailto:escalade.cours@cafannecy.fr)  
Pour les accès libre : [escalade.acceslibre@cafannecy.fr](mailto:escalade.acceslibre@cafannecy.fr)  
Pour les formations : [escalade.formation@cafannecy.fr](mailto: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 +](#)
- Cursus de formation → [en savoir +](#)
- Spécificités pour la pratique des mineurs → [en savoir +](#)

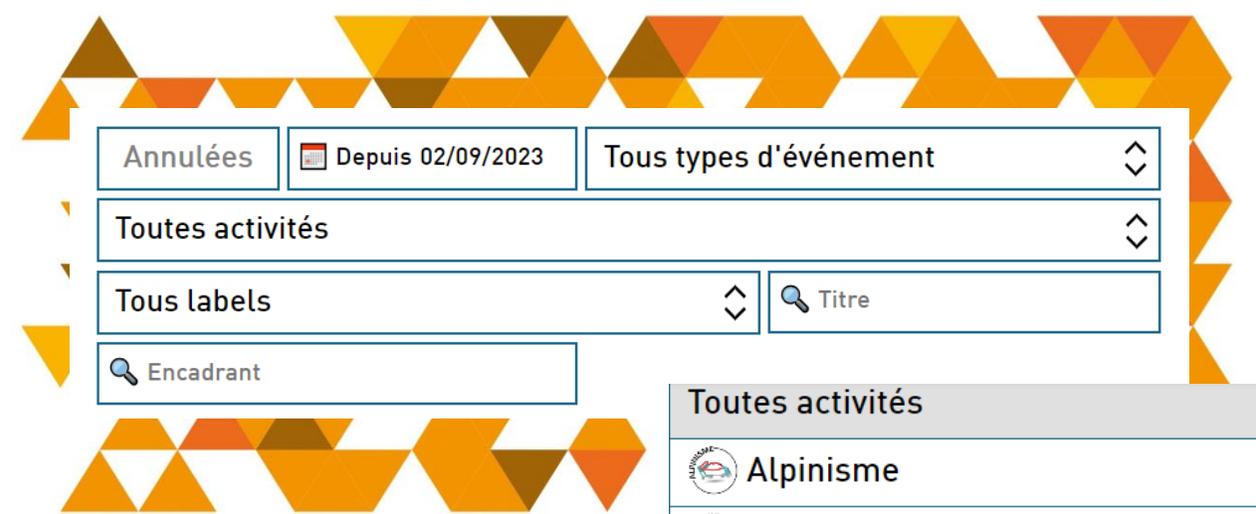
Différents topos sont également disponibles pour des sites ou voies d'escalade récemment aménagés dans la région + possibilité d'en louer à la bibliothèque

: <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](mailto:escalade-caf-annecy+subscribe@googlegroups.com)

# Communication

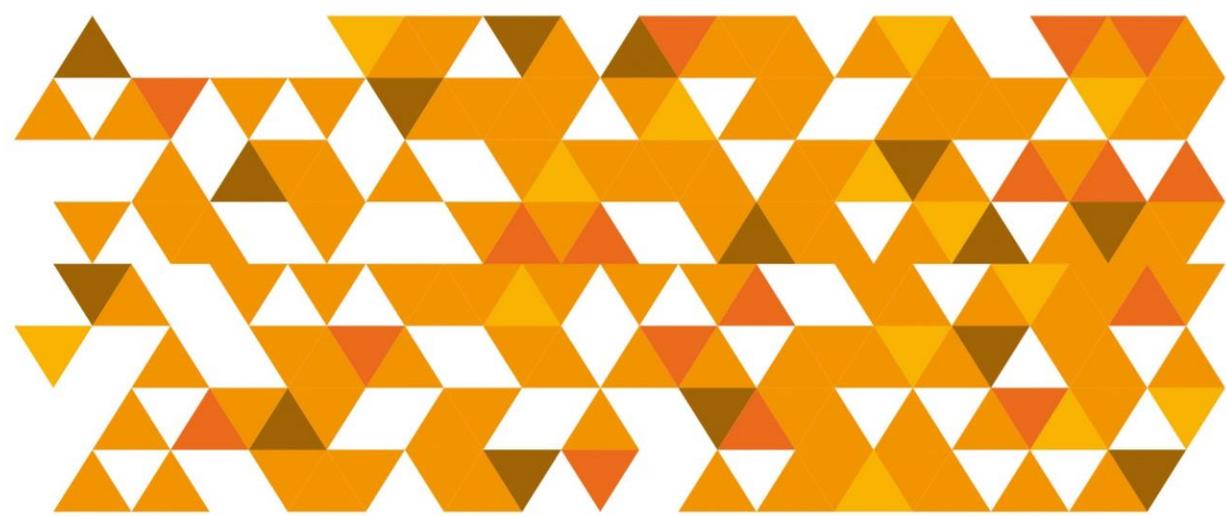
- Site des collectives
  - Inscriptions aux sorties, cours, ...
- Mis en place en 2022 d'un **règlement SAE** : prenez-en connaissance (disponible sur le site du CAF et sur les collectives)



Tous types d'événement	
	Collective
	Jeunes
	Formation
	Soirée
	Randonnées lointaines
	Achat groupé
	Inscription en ligne
	Accès libre
	Entraînement
	Cours
	Bénévolat
	Famille

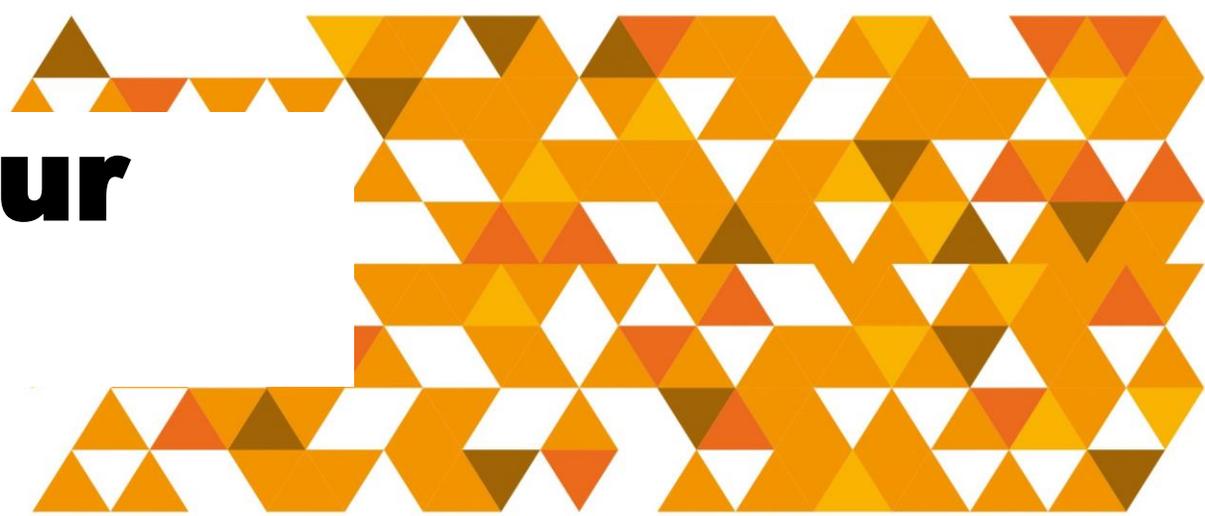
Toutes activités	
	Alpinisme
	Canyon
	Cascade de glace
	Escalade
	Marche nordique
	Parapente
	Randonnée montagne
	Randonnée raquettes
	Ski de fond et rando nordique
	Ski de randonnée
	Ski et surf en station
	Slackline
	Snow de randonnée
	Trail
	Via ferrata

# **Saison en extérieur (SNE) Jeunes**



- **2 propositions de stage en avril :**
  - **10-13 ans sur les falaises de la région → ANNULE**
  - **13-17 ans Ardèche- Drôme**
- **Pas assez de jeunes inscrits pour les cours hebdomadaires de printemps donc annulation**

# Saison en extérieur (SNE) Adultes



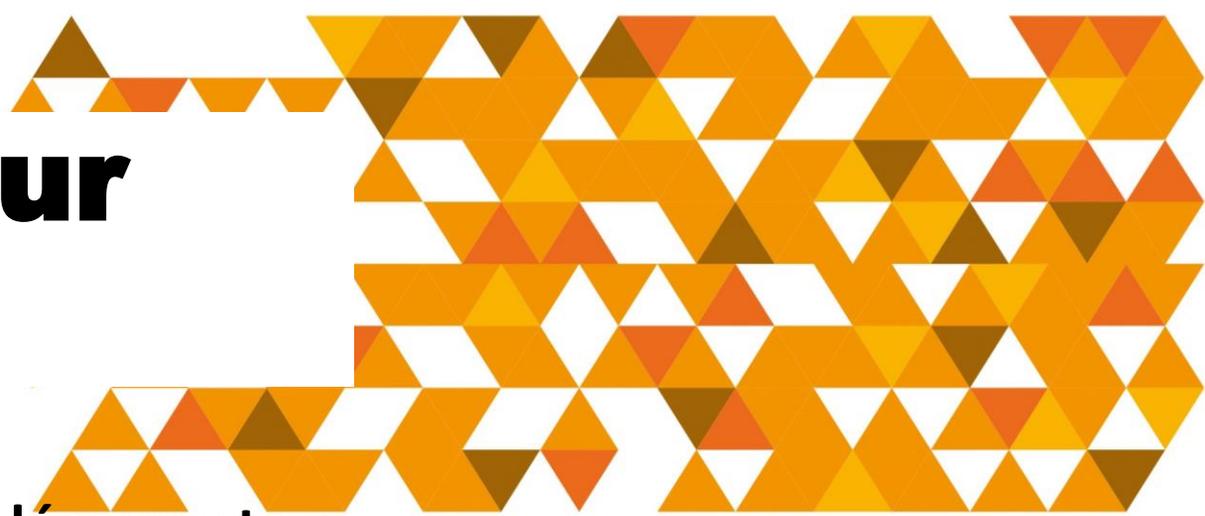
- Du 29 avril au 28 juin
- Cycles :
  - Cours hebdomadaires « Reprise et découverte »  Cycle découverte
  - Perfectionnement SNE et initiation GV. Prérequis : autonome en SNE
  - Initiation Grande Voie. Prérequis : autonome en SNE
  - Accès libres hebdomadaires. Prérequis : autonome en SNE

*Repli possible en salle en cas de mauvais temps*

**Si vous vous inscrivez vous vous engagez à venir chaque semaine sur votre créneau**

- Collectives ponctuelles selon les possibilités des encadrants

# Saison en extérieur (SNE) Adultes



- **Cycles :**
  - **Cours hebdomadaires « Reprise et découverte »**
  - **Perfectionnement SNE et initiation GV.** Prérequis  **Cycle découverte IE**
  - **Initiation Grande Voie.** Prérequis : autonome en SNE
  - **Accès libres hebdomadaires.** Prérequis : autonome en SNE
  
- Pour les cycles : inscription sur la collective « Inscription en ligne » puis toutes les semaines vous devez valider votre présence pour une meilleure organisation

# Cours



- Inscriptions sur le site des collectives uniquement sur la collective d'inscription
- **/!\ Inscription possible à 1 seul créneau cours. En cas de double inscription : pas de remboursement possible.**
- **Ouverture des inscriptions : 6 avril 19h**

Annulées  Depuis 21/08/2023  Inscription en ligne   Escalade 

Tous labels   Titre  Encadrant

▼ Samedi 29 juin 2024



## Cours en extérieur - lundi soir

 sam. 29 juin 24

Par RENE DELIEUTRAZ et JANINE DUCRUET et CLAUDE POUEY



 Cycle découverte



## Cours en extérieur - mardi soir : Perfectionnement SNE & Initiation GV

 sam. 29 juin 24

Par GEOFFROY PREVOST et PETER HOLDEN et DIANE MALINVAUD



# Cours Couennes

- 15 places par groupe
- Cours : 60 € d'inscription
- Inscription à partir du 6/04/2024



/!\ les jours fériés : pas obligatoirement cours ; selon les dispos des encadrants. Indications dans les collectives

## Cours reprise et découverte SNE :



### Cycle découverte

- **Lundi** avec René, Janine et Claude (Caroline en co-encadrante): **niveau max 5c-6a**
- **Mercredi** avec Philippe, Jacques et Pascal (**rdv 17h30 – pas le 1<sup>er</sup> et le 8 mai – décalage au mardi**)
- **Jeudi** avec Benoît et Florian (Nicolas et Louis-Philippe en co-encadrant)
- **Samedi** avec Jean-François

## Cours perfectionnement SNE et initiation Grande voie : (= suite des cours reprise et découverte)

- **Mardi** avec Geoffroy (Diane et Peter en co-encadrant) : **niveau 5c mini et autonome en couenne**

# Cours Grandes voies

- 8 places
- Cours : 30 € d'inscription
- Inscription à partir du 6/04/2024

Cours grande voie :

- uniquement sur juin
- Pour les personnes n'ayant jamais fait de grandes voies
- Être dispo à partir de 16h
- Autonome en extérieur

- **Lundi** avec Michel, Pascal, Philippe, Pierrick



# Accès libres



- 3 créneaux par semaine
- Coût = 0 €
- Surbooking (15 places d'inscription mais 10 chaque soir)
- Des places pourront être rajoutées par les initiateurs selon l'affluence
- Conditions : être autonome en extérieur
- Inscription le 06/04/2024, à 19h

	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Encadrants :	Sylvène Julia Simon Darin <i>(Mathilde et Caroline en co-encadrantes)</i>	Geoffroy <i>(Diane et Xavier en co-encadrants)</i>	Marc Jean-Pierre
Conditions spécifiques	5b/c en tête	5c mini	

# Accès libres

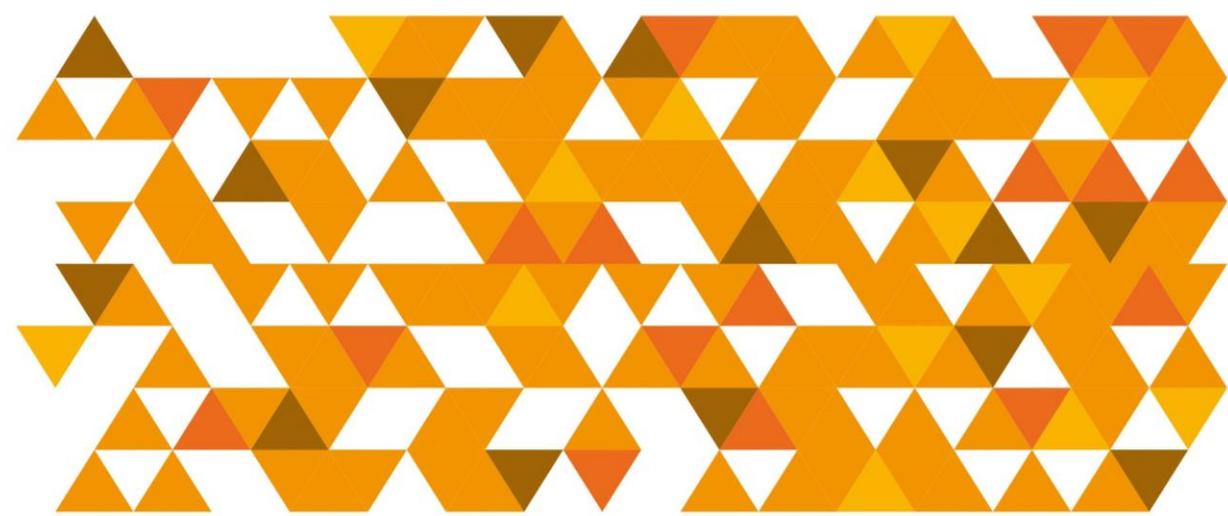


- **Des collectives ponctuelles pour les personnes autonomes**
  - **Régulières : tous les mardis soir avec Sébastien, Maxime, Nicolas et Louis-Philippe. Vous pouvez vous inscrire une semaine avant.**
  - **Selon disponibilités des encadrants (couenne, grande voie, ...)**
- **Des collectives ponctuelles en salle (selon les dispos des encadrants)**
  - **Pour les personnes inscrites cette année à Grimpeurs mur ou Grimpeurs cours**
  - **Ou participation 5€ par séance pour les personnes non inscrites à un cycle et autonome SAE**

# Être autonome en extérieur définition :

## Initié SAE

- Connaître mon matériel
- Nœud de 8 + nœud d'arrêt
- Vérification mutuelle = Partner check
- Assurer en moulinette (assurage 5 temps + descente contrôlé)
- 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.
- 

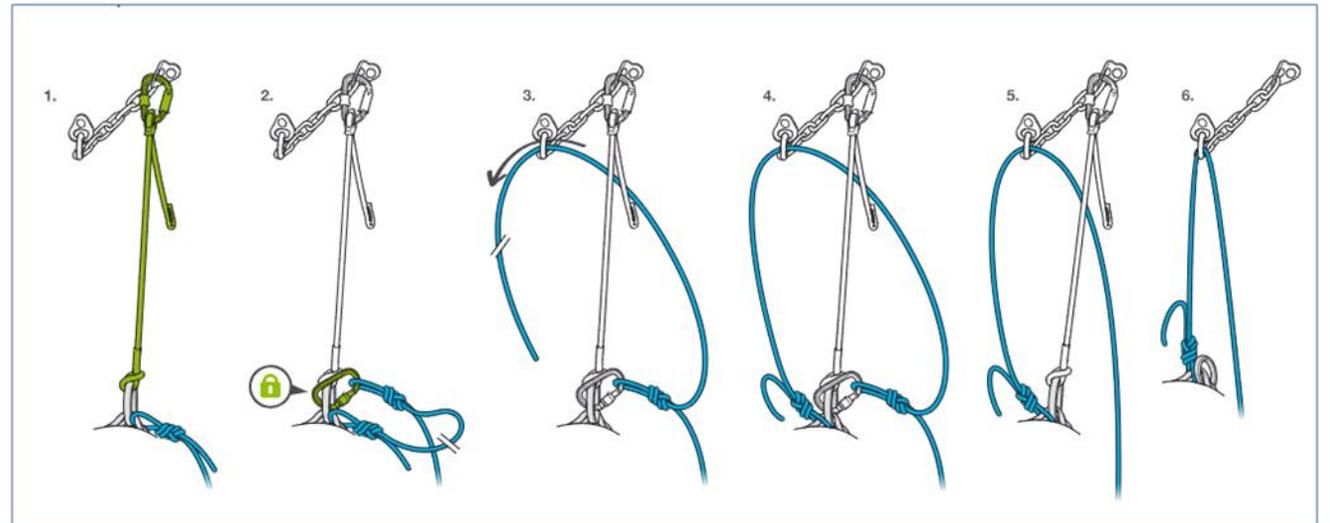
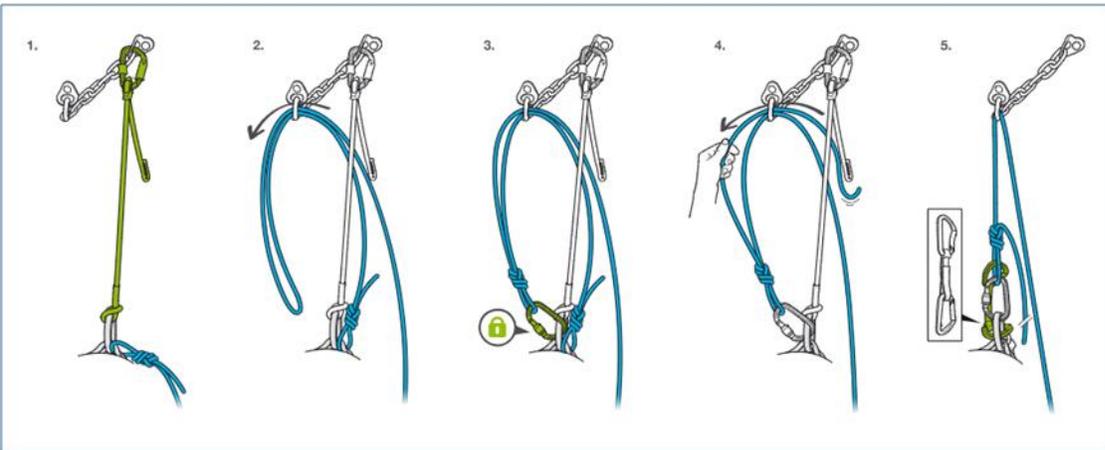
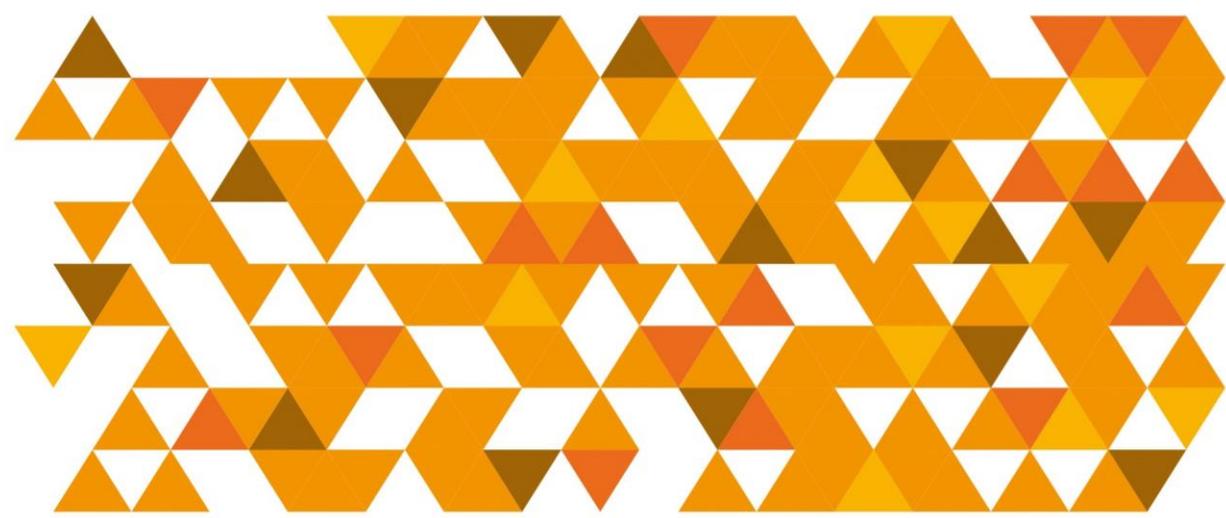


## Initié SNE

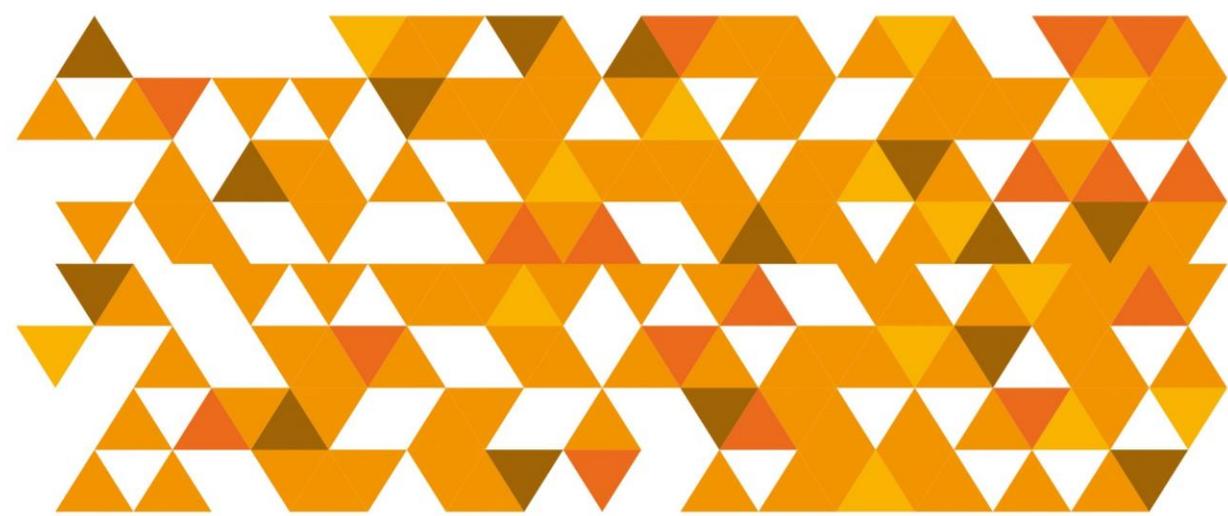
Idem que l'initié SAE avec en plus :

- 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.

# Être autonome en extérieur définition :



# Être autonome en extérieur définition :



Vérifier son niveau de formation → dans son espace perso de la FFCAM : <https://extranet-clubalpin.com/monespace/?section=monespace>



MES INFORMATIONS



MA LICENCE  
MES OPTIONS



MON CLUB



ASSURANCES



MES FORMATIONS  
VALIDÉES



MES FORMATIONS  
DE PRATIQUANTS



PARTENAIRES



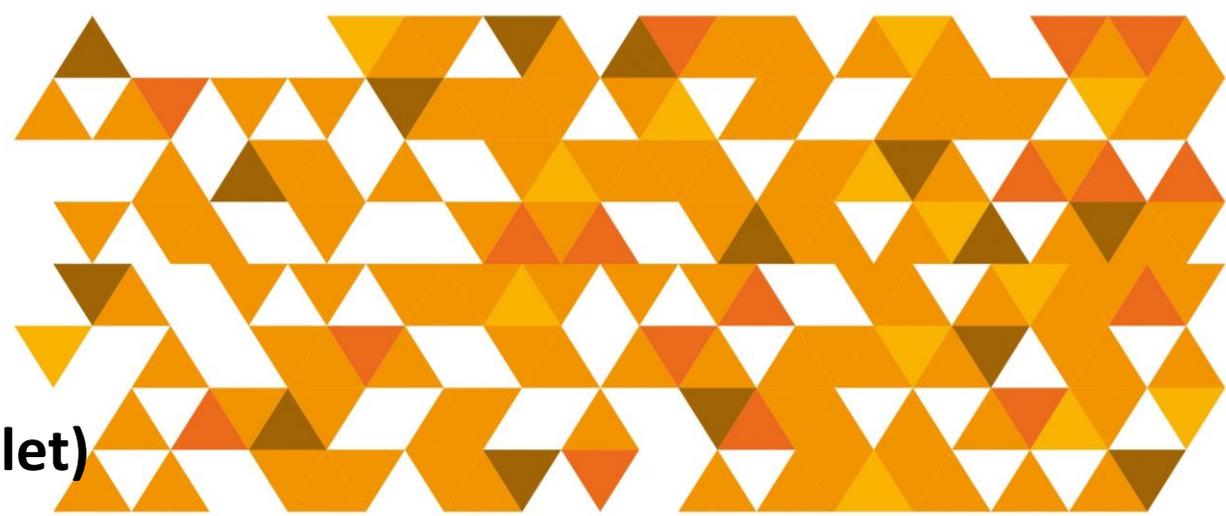
DOCUMENTATION  
FÉDÉRALE

## Formations Validées

Activité	Intitulé
ESCALADE	UF AUTONOMIE SUR SAE (niveau 3 LIVRET escalade)
ESCALADE	INITIE en escalade sur SAE

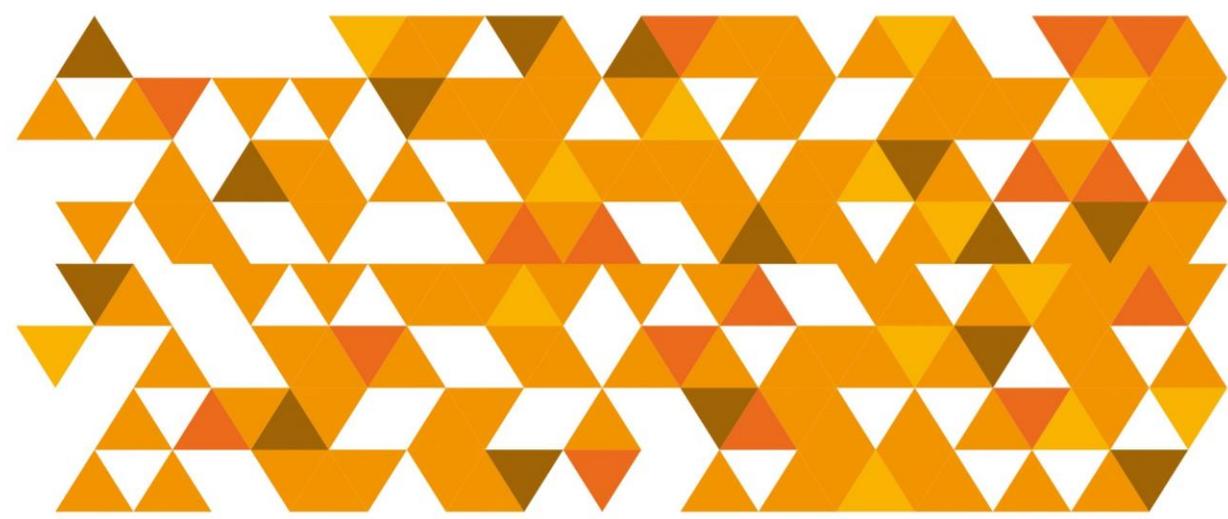


# Évènements



- Séjour à Briançon : 08/05 -12/05 (complet)
- Week-end d'intégration Escalade (50 places)  
(inscriptions ouvertes)
  - Du 31 mai au 2 juin, à Buis les Baronnies
- Grand Parcours des Aravis Escalade (organisé par la FFCAM) : 8 et 9 juin
- Camp d'été à Chamonix du 8 au 19 juillet
  - Multi-activités
  - Plus d'infos à venir bientôt





**Des questions ?**

# Questions posées pendant la réunion :

- Les horaires : départ environ 18h (sauf indications contraires) ; infos sur les collectives puis sur le groupe whatsapp du cycle
- Ce n'est pas comme en intérieur : vous vous inscrivez pour 1 accès libre, vous ne pouvez grimper que sur celui-ci
- Les validations d'autonomie se feront au fur et à mesure; à votre première session. Si vous n'êtes pas autonome pour un accès libre les encadrants peuvent vous refuser