

**Dimanche 7 Avril :                    Activité :                    Escalade**  
**Type de milieu :        Rocher partiellement équipé**

Objectif de la journée :

- Escalade en école; destination initiale, Rocher du Bouvier à Arudy.
- Découverte et initiation à l'escalade
- Animation de Pâques, imaginée par Bernard Dorche : concours d'omelette + chasse aux œufs

Responsable de sortie :

Didier RAPPIN      tél. 06.70.63.43.10      didier.rappin@orange.fr

Encadrement :

- Bénévoles brevetés FFCAM
- Equipe d'animation : B. Dorche, S. Rappin

Pré requis :

- A partir de 7 ans.

Matériel requis à l'arrivée :

- Chaussures de sport
- Chaussons d'escalade, casque d'escalade, baudrier/harnais, un descendeur avec sa cordelette, 2 mousquetons à vis, une sangle ou corde pour longe ; **si vous n'en disposez pas, contacter le responsable (pointure)**
- Vêtements adaptés à l'escalade (short ; pantalon) et veste polaire ; veste de pluie ; chapeau ou casquette ; lunettes de soleil ; crème solaire ; stick lèvres
- Sac à dos avec boisson et pique-nique + barres de céréales ou autres appréciées de l'enfant ; gourde d'eau (1 litre minimum car pas de point d'eau sur place).

**Pour le matériel manquant, signalez le avant vendredi 5 avril, récupération du matériel au club.**

Point de rendez-vous - horaire :

- Heure de départ : départ de Pau à 9h00. Parking minibus de la Cité des Pyrénées.
- Arrêt possible au parking du Pont d'Oly : 9h20
- Heure de retour : retour à Pau vers 17h00.

Programme :

- Objectif :
  - Initiation à l'escalade sur rocher école ; voies de difficulté 3 à 5.
  - Savoir s'équiper, utiliser le matériel de sécurité
  - Techniques de montée ; exercice en moulinette ; position de descente
- A la pause déjeuner, concours d'omelette ; réalisée par les enfants ou leurs parents, ou en famille. Avec un cadeau au vainqueur.
- Chasse aux œufs de Pâques
- Pique-nique à prévoir

Frais :

- Transport : participation 8€ - **A régler sur facture de janvier.**

Remarque :

- S'inscrire sur l'agenda (14 places) - <https://v2.cafdepau.fr/accueil>