

Stage Approfondissement ESCALADE L2 - Promo D
(Du 29/08 au 03/09/21)

Quelques informations utiles :

➤ **Coordonnées des enseignants :**

- **Christophe Beguine : 06 52 63 86 40**
- **Jean-Michael Collin : 06 47 62 46 81** (groupe appro escalade C2)
- **Bertrand Mottet : 06 22 94 24 27**

➤ **Organisation / déplacements + nourriture :**

- La nourriture et l'essence sont à la charge des étudiants (*possibilité(s) de faire vos achats dans de grandes surfaces à proximité du camping*).
- Afin que le coût « essence et nourriture » soit le moins élevé possible, il est préférable que les étudiants de chaque groupe d'approfondissement s'organisent par voiture(s) dans le but de partager les frais correspondants.

➤ **Pour l'escalade, prévoir :**

- **Chaussons d'escalade : obligatoires.**
- **Sac à magnésie** avec de la **magnésie** (afin de pouvoir sécher la transpiration des mains) + **de quoi l'attacher** autour de la taille ou sur la ceinture du baudrier : **vivement conseillé.**
- **Un chiffon** ou **un vieux tee-shirt** qui sera à utiliser comme « tapis » au départ des blocs.
- **1 sac à dos** (environ 20-30 litres) pour le **transport de votre matériel d'escalade + effets personnels + bouteilles d'eau + nourriture** lors des **marches d'approche** (parfois longues et/ou raides) : **obligatoire.**
- **1 paire de « basket »** pour les marches d'approche : **obligatoire.**
- **Crème solaire, chapeau, bouteille - gourde** ou **bidon d'eau** (*prévoir 2 à 3 litres d'eau minimum par jour et par personne et jusqu'à 4 litres en cas de T°C élevées*) : **vivement conseillé.**
- Le **téléchargement** (sur votre téléphone portable ou tablette) **du document** intitulé « **Topo Escalade Ardèche.pdf** » disponible sur Claroline dans la ressource « Stage Ardèche » : **obligatoire.**

➤ **Autres éléments à anticiper :**

- **Nourriture :**
☞ **Prévoir obligatoirement les repas du dimanche soir et du lundi midi.**
- **Trousse de secours** (*pansements, brûlures, ampoules, coups, maux de ventre/de tête...*).
- **Maillot de bain...ET** de quoi **se protéger de la pluie et du froid au cas où.**

➤ **Rendez-vous :**

Dimanche 29 aout 2021 à 18h30 précises au camping.

➤ **Hébergement :**

- **Camping LES DALLES**, 07460 CASTELJAU (accès : voir le plan ci-après).
- **Tel camping** : 04.75.39.01.36 (M. Thierry Robert)
- **Sur place :**
 - **Couchage** : vous devez amener votre propre tente ainsi que votre matelas/duvet ou autres (prévoir en conséquence...Attention, les nuits peuvent être très fraîches !).
 - **A disposition** : *sanitaires + salle avec frigo, tables de cuisson et couverts + tables avec chaises etc....*
- **Prévoir le paiement** (chèque de **40€** à l'ordre de : Agent comptable de l'université Lyon1).

➤ **Accès** : cf. page suivante.

