

Ces cours sont destinés principalement à des adultes débutants ou des grimpeurs souhaitant se perfectionner. Ils sont donnés par un professionnel. En y prenant part, vous vous familiariserez progressivement avec les prises et la hauteur à travers des situations ludiques et efficaces. Au fur et à mesure de votre évolution, vous vous verrez proposer des contenus portant sur les techniques de sécurité toujours en relation avec votre niveau.

### Contenu du cours

Ce cours est ouvert pour 20 adultes. Il comprend :

- 25 cours hebdomadaires avec un moniteur diplômé d'état ou un guide de haute-montagne.
- 3 sorties extérieures au printemps sur des falaises.

### Matériel (*non fourni*)

Chaussons d'escalade, baudrier, descendeur polyvalent (ATC guide, reverso), mousqueton à vis.

### Tarif et horaires

Tarif : 180 euros pour l'année + Licence CAF 2017-2018.

Deux horaires possibles	
Mardi de 19h30 à 21h30 Gymnase de Saint Joseph	Vendredi de 20h à 22h Gymnase de Saint Joseph

Début des cours : La semaine du 9 octobre 2017.

**⚠ Précision :** *Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.*

### Inscription

Pour participer aux cours adultes, **deux démarches distinctes** :

- **L'inscription aux cours.** Elle débute dès le **jeudi 7 juillet 2017** :  
Apporter les documents suivants au local du CAF (2 rue des Italiens, 74200 Thonon-les bains, permanence le jeudi soir de 19h à 20h):
  - ✓ un **certificat médical** de "non contre indication à la pratique de l'escalade et aux sports de montagne"
  - ✓ le **règlement** de 180 € par chèque à l'ordre du "CAF Léman".

**⚠ Tout dossier incomplet sera refusé et ne permettra donc pas l'inscription pour cette année.**

- **L'adhésion au club.** C'est la licence qui vous permet de participer à toutes les activités du club et qui comprend l'assurance. Elle se fait dès le **1<sup>er</sup> septembre 2017** au local du CAF les jeudi 19h à 20h ou par internet <http://cafleman.ffcam.fr/adherer.html>.  
Pour les tarifs voir le site internet.

**⚠ Vous devez impérativement être inscrit avant le début des cours !**