

Accès :

La salle d'escalade de la Moubra se situe à Crans-Montana, dans le quartier de la Moubra, dans la halle de tennis. Un parking se trouve juste devant la halle, un autre est sis à côté du camping (3 minutes à pied).

En bus, ligne 3 direction "Lac Moubra" arrêt "Lac Moubra".

Adresse : Route de la Moubra 73 – 3963 Crans-Montana



Salle d'escalade de la Moubra à Crans-Montana

Programme de cours d'escalade adultes

L'école d'escalade propose de nombreux cours privés ou collectifs destinés aux adultes débutants ou expérimentés.

Encadrés par des moniteurs brevetés, ces cours ont pour objectifs de faire découvrir les plaisirs de l'escalade ou d'améliorer sa pratique en toute sécurité.

Pour tous renseignements :

Patrick Henin

Instructeur CIME

079 568 86 14

escalade.ecole@gmail.com

Pour les inscriptions :

escalade.ecole@gmail.com



Assurance et grimpe en sécurité en moulinette (Cours de Base 1 CIME)

Vous désirez vous former afin de vous sentir à l'aise et en sécurité lorsque vous allez grimper en salle ? Nous vous apprendrons en trois séances toutes les techniques adéquates pour ne prendre aucun risque et pouvoir découvrir ou redécouvrir les joies de la verticalité avec un maximum de plaisir. Nous vous assurons une formation dans les meilleures conditions possibles en n'acceptant pas plus de 6 personnes par moniteur.



DATES 2017-2018 :

Les lundis :

1° possibilité (3 séances) : Les 2.10, 9.10, 16.10

2° possibilité (3 séances) : les 22.1, 29.1, 5.2

HORAIRE : de 19h15 à 21h15

PRIX : 190.- location de matériel inclus.

PARTICIPANTS :

Pour des personnes ayant déjà suivi une initiation à l'escalade ou des grimpeurs souhaitant revoir les bases de l'escalade en moulinette. Si moins de 4 inscrits, le cours sera proposé à un autre tarif.

Cours sur demande

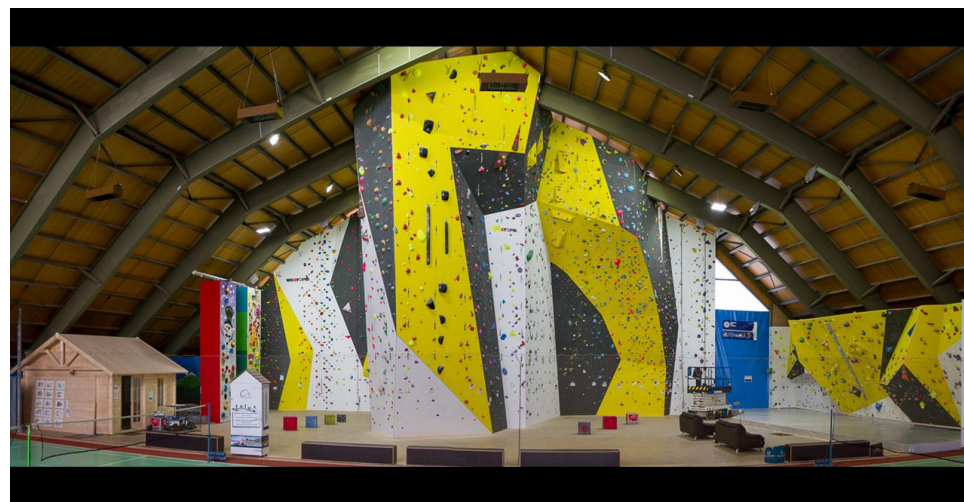
Nous vous proposons des séances de deux heures durant lesquelles nous tenterons de répondre au mieux à votre demande. Cours privé ou collectif, c'est vous qui décidez ! Initiation ou perfectionnement, nous mettons toute notre expérience à votre service.

DATES 2017-2018 : les lundis : 4.9, 25.9, 15.1, 9.4, 7.5 ; tous les jeudis

HORAIRE : de 19h15 à 21h15

PRIX : Par séance, matériel et entrée inclus ! Cours privé (6 élèves max/moniteur) : 175.-/personne, 30.- / personne supplémentaire. Cours collectifs minimum 6 personnes (9 élèves max/moniteur) : 35.-/personne jusqu'à 14ans, 40.-/personne à partir de 14 ans. Plus de 12 personnes : tarif sur demande.

PARTICIPANTS : Du grimpeur novice à l'expérimenté.



Découverte de l'escalade en salle



Vous rêvez de vous envoyer en l'air? Enfin, de prendre de la hauteur... Cette séance vous permet de découvrir les joies de l'escalade en toute sécurité. Venez explorer un nouveau monde et pourquoi pas vous découvrir une nouvelle passion! Nous vous assurons un encadrement dans les meilleures conditions possibles en n'acceptant pas plus de 6 personnes par moniteur.

DATES 2017-2018 : le lundi : 11.9 ; 8.1 ; 26.3 ; 30.4

HORAIRE : de 19h15 à 21h15

PRIX : 40.- par personne / séance, location de matériel inclus.

PARTICIPANTS :

Pour des personnes sans expérience et désireuses de faire leurs premiers pas en escalade. Si moins de 4 inscrits, le cours sera proposé à un autre tarif.

Assurance et grimpe en sécurité en tête (Cours de Base 2 CIME)



Vous avez déjà suivi le cours de base 1 ou avez une bonne expérience dans l'escalade en moulinette et vous voulez passer à la vitesse supérieure ! Ces 4 séances vont vous permettre d'acquérir les techniques nécessaires à la grimpe en tête. A la fin de cette formation, vous serez non seulement capable de grimper en tête mais également de gérer l'assurance d'une chute, en toute sécurité, de votre partenaire de cordée. Alors si vous avez envie de grimper en ayant du plaisir plutôt qu'en étant en stress, ce cours est fait pour vous ! Nous vous assurons une formation dans les meilleures conditions possibles en n'acceptant pas plus de 6 personnes par moniteur.

DATES 2017-2018 : les lundis :

1° possibilité (4 séances) : les 6.11, 13.11, 20.11, 27.11

2° possibilité (4 séances) : les 19.2, 26.2, 5.3, 12.3

HORAIRE : de 19h15 à 21h15

PRIX : 240.- location de matériel inclus.

PARTICIPANTS :

Pour des personnes ayant déjà suivi le cours de base 1 ou ayant une très bonne expérience de l'escalade en moulinette. Si moins de 4 inscrits, le cours sera proposé à un autre tarif.

Préparation falaise

Vous assurez et grimpez en tête en salle depuis un moment et le caillou vous démange ? C'est normal. Ceci dit, avant de vous lancer à la conquête de falaises, il vaut mieux vous préparer aux quelques différences entre la salle et le rocher. Ces deux séances vous permettront de vous rassurer en vous entraînant aux techniques propres à la falaise comme, entre autres, le passage de moulinette aux relais. Nous vous assurons un encadrement dans les meilleures conditions en n'acceptant pas plus de 6 personnes par moniteur.



DATES 2017-2018 : les lundis (par 2 séances) : les 28.5 et 4.6 ; les jeudis

HORAIRE : de 19h15 à 21h15

PRIX : 120.- par personne / 2 séances.

PARTICIPANTS : Pour des grimpeurs expérimentés dans l'assurage et l'escalade en tête. Si moins de 4 inscrits, le cours sera proposé à un autre tarif.

Perfectionnement de l'escalade sur SAE (structure artificielle d'escalade)

Vous savez grimper et assurer en tête mais vous voudriez un petit coup de pouce pour vous améliorer au niveau de la sécurité et/ou de votre technique. Nous vous apportons ici les réponses à vos questions et tenterons de ne pas laisser un « doute » dans votre esprit qui pourrait vous gâcher le plaisir de grimper. Nous vous assurons un encadrement dans les meilleures conditions possibles en n'acceptant pas plus de 6 personnes par moniteur.



DATES 2017-2018 :

Les lundis (par 2 séances) : les 4.12 et 11.12 ; les 16.4 et 23.4

HORAIRE : de 19h15 à 21h15

PRIX : 120.- par personne / 2 séances.

PARTICIPANTS :

Pour des grimpeurs expérimentés dans l'assurage et l'escalade en tête. Si moins de 4 inscrits, le cours sera proposé à un autre tarif.