

91-20

FICHE DE SORTIE

STAGE PERFECTIONNEMENT

DESIGNATION DE LA CAVITE :

Date de sortie : 11. mai 91

Durée : 1/2 j

Nom du responsable :

Participants : 5 stagiaires + 3 encadrants

REALISATIONS /

apprentissage technique au mur
d'escalade du centre de LASCROUX où nous étions
hébergés.

* des techniques de réchape:

- prussik, machard
- nœud de cœur
- nœud italien, descendeur à brasettes

* des techniques de dégagement

- technique du balancier
- technique sur corde tendue

* réalisation d'un palant.

BILAN

- * stage prévu pour être un pré-initiateur mais personne n'a le niveau
- * stage relativement tranquille, départ tard le matin.
- * apport technique important.
- * stage fait par des tarnais pour des tarnais.

BILAN PERSONNEL

- * bonne maîtrise des agrès
- * manque d'expérience d'équipement
- * difficultés de progression hors-agrès