

LE HAVRE ESCALADE

NEWSLETTER DECEMBRE 2020

Grimpeuses, grimpeurs,

En cette fin d'année, nous souhaitons vous remercier d'avoir été aussi nombreux lors de notre semaine de « reprise ». C'est à travers un concours de grimpe que Juliette et Anthony ont animé les séances pour les jeunes de 9 à 17 ans !

Le but du concours ? Très simple, il fallait grimper le plus de mètres possibles en 1h ! Pour info, notre mur fait 9 mètres de haut.

Et à ce petit jeu-là, c'est l'équipe « Les sans-noms » qui remporte le concours avec 982m, suivi des « BG de Montmorency » avec 961,5m, puis de l'équipe « Les Suricates » avec 846m. L'équipe des « Céréales Kinder » termine 4^{ème} avec 823m, « le groupe d'Avent » termine 5^{ème} avec 743m et enfin « les alpinistes de Noel » terminent 6^{ème} avec 550m. Félicitations à tous nos grimpeurs, nous remettons la récompense à l'équipe championne à la rentrée !

FORMATIONS

Juliette et Anthony ont continué de suivre leurs formations pendant ce deuxième confinement. Alors, où en sont-ils ?

Juliette s'est rendue à Fontainebleau afin de suivre la deuxième partie de la formation du CS escalade-santé. Une fois ce Certification de Spécialisation obtenu, elle pourra encadrer des séances d'escalade à destination de publics spécifiques (atteints de cancers, diabétiques, en situation d'obésité, public vieillissant, sport sur ordonnance...).

Anthony est allé à Nantes pour finaliser le module « Ouverture de bloc » de son CQP TEE puis à Angers pour une formation sur la discipline de la vitesse. Ainsi, il a pu apprendre comment planifier des exercices d'entraînement spécifique à cette discipline en prévision de la nouvelle SAE qui sera équipée de 2 couloirs de vitesse de 12 mètres.

BONNES FÊTES !

Toute l'équipe vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année et espère vous retrouver au plus vite et en pleine santé dès Janvier 2021 !

Les cours pour **mineurs** reprendront dès le 4 Janvier 2020 (sous réserve de l'évolution de la situation sanitaire).

Les cours pour **majeurs** reprendront dès le 20 Janvier (sous réserve de l'évolution de la situation sanitaire).

OUVERTURES

Juliette et Anthony ont pu se rendre au gymnase en Novembre afin d'ouvrir de nouvelles voies : Une voie noire en A, une rouge en H, une rose en I (qui termine sur la joue) et une noire en L. Malheureusement, la voie en A va être démontée car lors de la maintenance annuelle du mur il nous a été annoncé qu'il était interdit de visser des prises sur cette partie du mur.



TRAVAUX !



Attention : La rue du gymnase est désormais en sens unique. Les marquages au sol pour les places de stationnement et la piste cyclable ont été refaits.

COMMUNICATION



www.lehavre-escalade.fr



[Le Havre Escalade](https://www.facebook.com/LeHavreEscalade)