



A LA DÉCOUVERTE DES SIERRA DE CATALOGNE -

6 jours/5 nuits

Nombre de participants :

Départ garanti 4 personnes

Groupe limité à 10 personnes

Environnement :

Pour ceux qui souhaitent découvrir l'escalade sous le soleil de catalogne, nous vous proposons de visiter quelques sites emblématique de l'escalade en Espagne.

Cette aventure se déroule pendant 5 jours où vous explorerez la catalogne au travers de différents secteurs d'escalade en bénéficiant d'un encadrement qui vous permettra de progresser aussi bien au niveau technique que mental, en mêlant grandes voies et couenne afin de profiter de toute la verticalité que nous offre les lieux.

POINTS FORTS

ITINÉRAIRE



Pour des raisons climatiques ou conjoncturelles, ou en raison de changements dans les horaires de vol, ce circuit peut voir ses étapes modifiées ou remplacées. Pour des raisons logistiques, ce circuit peut se faire en sens inverse.

JOUR PAR JOUR

Jour 1

Arrivé le Dimanche 13 février à l'auberge de MontSant

Jour 2

Escalade en couenne à la journée sur différents sites de Montsant. Les parois permettant de grande envolé, les journée seront ciblé sur du travail à vue

Jour 3

Escalade en couenne à la journée à Siruana. Les parois étant plus courte, nous allons nous focaliser sur le après travail, avec quelque outils pour la concentration mental.

Jour 4

Escalade en couenne à la demi journée- puis direction MontSerrat. Finalisation des projets commencé la veille s'il n'y a pas eu d'enchaînement ou quelques voie à vue pour ceux aillant fini.

Jour 5

Direction escalade en Couenne à MontSerrat. Nous verrons durant cette journée quelques exercices de visualisation ainsi que quelques manipulations à voir pour le lendemain en grande voie.

Jour 6

Direction Grande voie pour finaliser le stage sur l'un des différent pilier que l'on peut y rencontrer.

INFORMATIONS PRATIQUES

Tarifs:Ce stage sera accompagné d'un guide pour un groupe de 4 à 6 personnes. Au delà un deuxième guide sera présent. **Niveau :**

Si vous avez votre matériel personnel (baudrier, casque, chaussons, matériel d'assurance) et que vous pratiquez l'escalade de manière régulière, ce stage est pour vous. Si vous disposez d'une corde de 80m, dégaines (1 jeu), longe, mousquetons, c'est un plus sinon nous pouvons vous les fournir. Niveau requis à vue en falaise à partir de 5C

Hébergement :

Dans les différents Gite

Ce circuit comprend

- L'encadrement par des Professionnels
- Les logement 6 nuitées
- La nourriture lors des nuitée dans les refuges
- Le matériel supplémentaire à la pratique de la grande voie (cordes, dégaines, mousquetons supplémentaires)

Ne comprend pas

- L'assurance "Multirisque +" au tarif de 3,5% du forfait HT
- L'assurance "Annulation +" au tarif de 2,5% du forfait HT
- Le matériel personnel d'escalade (chaussons, baudrier, système d'assurance, magnésie, casque, etc...)
- Les repas du midi
- Les Transports : on vous laisse la possibilité de vous organiser pour le covoiturage

MENTIONS LÉGALES

[KEY_IMPRINT_PDF]