



ESCALADE dans les CALANQUES (grandes voies et couennes)

Du samedi 24 octobre au samedi 31 octobre 2026

Format

7 jours / 7 nuitées

Discipline

Escalade en falaise (grandes voies et couennes)

Niveau requis

Tous niveaux

Maîtriser le niveau du module passeport sécurité Orange

Avoir déjà grimper en extérieur Beauvoir, Béruges, Passeloudain,...

Grimper en tête en salle (Bellejouanne, Nelson, Migné)

Pour rejoindre le pied des voies : Avoir l'habitude / la pratique de la randonnée

Hébergement

Gîte 12 places à Carnoux

Nombre de participants : 10 stagiaires

Encadrement : Diplômé BE escalade (Sophie Le Bonniec - <https://www.instagram.com/kernesescalade/>)

Description et objectifs :

- Découverte du massif des Calanques
- Devenir autonome en grandes voies équipées et perfectionnement.
- Chaque participant sera encadré deux jours par la monitrice d'escalade par groupe de 4

Préparation du stage :

- **Samedi 26 septembre de 14h à 18h** : Grimpe en extérieur à Beauvoir
- **Samedi 26 septembre** chez Gaël à 20h: Organisation des repas partagés, co-voiturage, programme de la semaine d'escalade (esquisse)
- **Mardi 06 octobre de 19h30 à 22h30** : Session passeport orange à Nelson

Equipement à prévoir :

- Matériel individuel :
Casque, baudrier, chaussons confortables, assureur type reverso avec mousqueton de sécurité, une longe (réglable si possible) avec mousqueton de sécurité, un anneau d'escalade pour confectionner un nœud autobloquant avec mousqueton de sécurité, 1 mousqueton de sécurité en plus, 1 sangle de 80cm de long (si possible). Le club fournira, 3 rappels et pourra prêter certains équipements en cas de besoin. N'hésitez pas à contacter Gaël avant d'acheter du matériel.
- Matériel autre
Une gourde ou camel bag, une lampe frontale (obligatoire), un sac à dos (30 l environ pour mettre des chaussures de marches et un pique nique), chaussure de marche d'approche, une polaire, un coupe-vent, crème solaire,...
- En option si vous avez : Cordes à simples, dégaines

Restauration – hébergement :

- Gîte à Carnoux .Chacun gère son petit-déjeuner et son pique-nique. Repas du soir réalisés par les stagiaires à tour de rôle par 2 pour le reste du groupe.

Coût estimatif :

- Par stagiaire :
 - Environ 235 € pour l'hébergement (7 nuits) et la prestation d'encadrement
 - Les coûts des repas (y compris ceux du moniteur)
 - Frais de transport : 300 € par voiture en A/R (soit en co-voiturage à 3, 100€/pers)

Inscription et renseignements :

Pour l'inscription et les renseignements veuillez contacter :

Gaël LOIR gael.loir@free.fr - -Tél : 06 51 71 55 25

Pour confirmer votre inscription des arrhes de 100 € seront à verser sur le compte du club (IBAN : FR76 1940 6000 0367 2044 2888 087 AGRIFRPP894). Merci de bien vouloir intituler le versement : CALANQUES OCT 2026 et d'envoyer un mail à tresorier@apem-poitiers.fr avant la **date limite fixée au VENDREDI 25 SEPTEMBRE 2026**

Le nombre de places est fixe, 10 donc premier arrivé premier servi. Manifestez vous au plus vite et avant de te dire que ce n'est pas pour toi, téléphone à Gaël