

Bonjour !

Bonne résolution pour le CAF Douvaine : l'organisation des mardis à thème.  
Chaque premier mardi du mois un thème différent sera abordé.  
Et pour bien commencer l'année, en janvier, il y aura deux dates.

5 janvier : Apéro

12 janvier : Apprentissage des nœuds

2 février : vols, assurage dynamique et grimpe en tête

1 mars : Jeux; course de relais, mains/pieds attachés, grimper les yeux bandés etc..

5 avril : Technique de réchappe

3 mai : Mouflage et remontée sur corde fixe

7 juin : Manip de relais et rappel

Chaque mardi à thème sera clôturé par un apéro.

Retrouvez toutes les infos en ligne sur l'agenda.

Si vous avez des demandes particulières, des techniques que vous souhaitez aborder, n'hésitez pas à m'en faire part.

Bonnes fêtes à tous !

Emmanuelle

CAF Douvaine escalade