

Escalade rocheuse

Les joies de la varappe:

*bloc

*rocher école

*grandes voies

*alpinisme...








L'escalade :

- Consiste à progresser sur des rochers pour atteindre le sommet d'un bloc de quelques mètres, d'une falaise, ou d'une grande paroi.
- Ce sport s'effectue en utilisant des cordes, des mousquetons et, entre autres les techniques du rappel.
- Il ne demande pas de condition physique particulière et permet à des débutants de prendre plaisir dès les premiers pas, idéal pour vivre une aventure en famille.

L'Ariège et les Pyrénées-Orientales sont riches en sites d'escalades :

1. Initiation escalade : **Auzat** et son granit remarquable, **Roche Ronde** où la vue est magnifique, ...
2. Grandes voies: **Dent d'Orlu** avec ses milles mètres, le **Quié** et son beau calcaire...

3. Alpinisme :

- **Ruhle**  http://www.dailymotion.com/video/x6r2la_arete-du-ruhle_sport
- **Pilier des vents**  http://www.dailymotion.com/video/xammv3_escalade-de-la-route-du-sel_sport
- **Madelon**  http://www.dailymotion.com/video/xamzvb_escalade-a-la-madelon_sport
- Etc...

ÉTAPES, HORAIRES, ÉTHIQUE : je privilégie l'escalade avec un effort physique et moral toujours adapté au groupe constitué.

CHOIX DES SITES D'ESCALADE: il n'est donné qu'à titre indicatif. Il est fonction des conditions atmosphériques. Des variantes d'itinéraire peuvent être proposées en tenant compte des désirs et des possibilités physiques des groupes.

DIFFICULTÉ : Accessible à toutes personnes, du débutant au confirmé.

PRIX : Tarif Individuel : de 28 à 280 € suivant la difficulté et le site choisi.

Tarif réduit pour les groupes constitués

Sortie à partir de 1 personne pour un groupe maximum de 8.

Le prix comprend : l'encadrement par un Guide de Haute Montagne et le prêt du matériel technique (Corde, baudrier, casque, mousquetons, sac)

Il ne comprend pas : Le transport, jusqu'au lieu de rendez-vous.

*Prévoir : chaussures de sport (tennis) et, suivant le niveau des chaussons d'escalade.

*Pour une escalade à la journée: Pique-nique, barres énergétiques,

INSCRIPTION : Sur réservation, au plus tard la veille avant 18 heures

Thomas DULAC

Guide de Haute Montagne

06 70 65 55 58

tomdulac@hotmail.com

www.thomasdulac.com

