

LES COURS

Saison 2019-2020

	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		
	Tassin Charbonnières	Climb Up Lyon	Dardilly	Tassin Charbonnières	Francheville	Tassin Charbonnières	L'Abresle/Block Out	Dardilly	Tassin Charbonnières	Francheville	Tassin Charbonnières	Climb Up Lyon	Dardilly
9h													
10h													
11h													Marsupilami
12h													Microbe Poussin
13h		Cours adultes											Loisir Famille + Microbe
14h													Grimpe libre + initiateur
15h													
16h													
17h													
18h													
19h													
20h													
21h													
22h													

...réservée aux grimpeurs autonomes de 14 ans et + avec passeport orange

Grimpe libre

COMPÉTITION Elite

COMPÉTITION Jeune

COMPÉTITION Microbe

Perf

Tous niveaux

Confirmés

Débutants

Venez grimper sur 3 murs dans l'ouest lyonnais

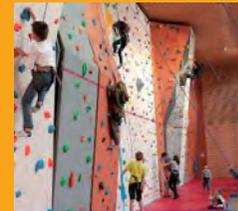
Un nouveau mur au gymnase des Coquelicots



1. Tassin-Charbonnières - Gymnase Les Coquelicots



2. Dardilly
Gymnase Moulin Carron



3. Francheville
Gymnase Jean Boistard

Inscriptions en ligne : www.ladegaine.com

Début des cours : lundi 23 septembre 2019

- > Chaque adhérent enfant s'inscrit à un ou deux cours par semaine (Sauf Marsupilami : un seul cours possible)
- > Chaque adhérent adulte s'inscrit à un cours par semaine, accès illimité à tous les cours après les vacances de la Toussaint

Catégories	Marsupilami	Microbe	Poussin	Benjamin	Minime	Cadet	Junior	Adulte
Année -->	2013	2012-2011	2010-2009	2008-2007	2006-2005	2004-2003	2002-2001	avant 2001
Âge en 2019	6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	19 et +

Nos partenaires



www.ladegaine.com

Adresse postale

La Dégaïne Escalade & Montagne
BP 60032
69571 DARDILLY CEDEX



Tél. : 06 69 43 44 92

Mail : ladegaine@ladegaine.com

facebook.com/escalade.ladegaine

Siège social : Lycée Blaise Pascal, 2 avenue Jean Bergeron, BP 48 69751 Charbonnières Cedex



Un club dynamique

Escalade en salles, en falaises - Compétitions - Stages et sorties WE



© BLEUPIPMENT.fr - Photos : L. Thomas - L. de Magneval - Shella Farrell McCarron - C. Roossens

Pôle loisir



Pôle compétition



Pôle sorties



Niveau : grimpeur débutant à expérimenté • De 6 à 106 ans !



Pourquoi venir au Pôle loisir ?

- Des cours chaque jour de la semaine du Lundi au vendredi de 17 h 30 à 22 h.
- Grimpe libre le samedi matin
- Grimpe libre entre 12 h et 14 h, 4 jours par semaine.
- Cours pour les 6 à 7 ans (Marsupilamis).
- Les encadrants sont des professionnels salariés.
- Passage des passeports.
- Tarifs handi-escalade

Choisissez vos cours !

DÉBUTANT

PERFECTIONNEMENT

GRIMPE LIBRE

→ Découvrez l'escalade sur nos 3 murs avec des cours et des sorties encadrées.

→ 2 cours par semaine

→ Dès votre 2^e année d'escalade, venez vous perfectionner à l'école d'escalade

→ 2 cours par semaine

→ Vous avez envie de grimper le soir, le samedi matin ou entre 12h/14h ?

C'est possible et autant que vous le voulez !

→ Séance encadrée mais sans cours

Niveau : 6C requis + grande motivation • À partir de 7 ans



Pourquoi venir au Pôle compétition ?

- 10^e Club Français en compétition
- 50 grimpeurs au Pôle compétition
- Des coachs diplômés et salariés
- Frais d'inscriptions aux compétitions pris en charge par le Club (validées par le coach)
- Stages spécifiques week-end et vacances

ÉLITES JEUNES

[De 7 à 12 ans]

→ 3 entraînements par semaine sur trois murs à l'Arbresle, Dardilly et Charbonnières.

ÉLITES

[Dès 13 ans]

→ 3 entraînements par semaine avec abonnement au Mur de Lyon

→ 1 préparatrice mentale

→ Compétitions de niveau national et international

PERF' ADULTES

[De 12 à 112 ans]

→ 3 entraînements par semaine dont 1 à l'Espace Escalade de l'Arbresle et à Block Out à Limonest

Niveau : débutant • À partir de 10 ans



Pourquoi venir au Pôle sorties ?

- Stages multi-activités pendant les vacances pour les jeunes : escalade, canyon, Sph'air, laser game, Kapla, construction d'Igloos, raquettes...
- Raquettes, ski de randonnée, grimpe en falaise, via ferrata, canyoning...
- Equipe montagnisme
- Partenariat avec le CAF (Club Alpin Français) : unique dans le Rhône, ce partenariat ouvre la possibilité aux adhérents des 2 Clubs de s'inscrire à l'autre à un tarif réduit, en profitant pleinement de leurs activités respectives.

Combien ça coûte ?

De 210 à 280 € suivant vos choix et votre âge*

* Hors déductions Carte Pass Région, famille nombreuses, Pas'sport Culture..

Combien ça coûte ?

360 €

520 €

360 €

Combien ça coûte ?

Prix selon les Sorties / Stages proposés