

---

---

# ESCALADE

## FONTAINEBLEAU STAGE D'INITIATION

---

---

**CIE - STAGE D'AUTOMNE**

**2 octobre –11 décembre 2005**

7 SORTIES LE DIMANCHE . Transport Paris/Fontainebleau A/R en car .

-rendez-vous place Denfert-Rochereau ( près de la gare RER ) Départ à 8 H 30  
-retour : départ de Fontainebleau vers 17 H 00

1 WEEK-END EN FALAISE . Transport en voiture individuelle .

-DIMANCHE 2 OCTOBRE	LE CUL DU CHIEN
-DIMANCHE 16 OCTOBRE	AUVERNEAUX
-DIMANCHE 23 OCTOBRE	J.A. MARTIN
-DIMANCHE 6 NOVEMBRE	91,1
-DIMANCHE 13 NOVEMBRE	ROCHER FIN
-DIMANCHE 20 NOVEMBRE	L'ELEPHANT
-DIMANCHE 4 DECEMBRE	LA DAME JOUANNE préparation falaise

### **SORTIE FALAISE**

-WEEK-END DES 10 ET 11 DECEMBRE CLECY ( Normandie )

**CLUB**  
**ALPIN**  
**FRANCAIS**

Section Ile de France  
12 rue Boissonade 75014 PARIS  
Adresse postale 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

☎ 01 42 18 20 00

**CYCLE D'INITIATION A L'ESCALADE**

La forêt de Fontainebleau est le plus beau site d'escalade sur blocs connu sur cette planète et nous y organisons chaque année deux sessions d'initiation, à l'automne et au printemps. Vous pourrez y acquérir un excellent niveau technique et aborder ensuite l'escalade en falaise, puis la montagne. Nous vous attendons nombreux pour quelques dimanches en forêt, loin du bruit et de la ville.

**ORGANISATION DU CIE**

Le cycle comprend 7 dimanches à Fontainebleau et un week-end en falaise.

- 7 départs en car de la place Denfert-Rochereau à 8H30 ( RV à 8H15 ).
- 1 week-end en falaise en voiture individuelle.

Un moniteur bénévole encadre chaque groupe de 4 à 5 participants dont il assure la progression pendant toute la durée du stage.

**INDISPENSABLE DANS VOTRE SAC**

- Les chaussons d'escalade ( une taille bien ajustée )
- Des vêtements amples : un pantalon trop serré entrave les mouvements. De quoi se protéger de la pluie ( et du soleil ).
- Une nourriture saine et abondante. Nous prendront le temps de nous restaurer.
- Pour une bonne adhérence sur le rocher, il faut avoir des semelles propres, alors pensez au chiffon ou mieux, au tapis.

**INSCRIPTIONS**

Les inscriptions se font au secrétariat escalade ( accueil du CAF IdF : coordonnées ci dessus ).

**Date limite d'inscription : 1 semaine avant le début du cycle**

Coût du cycle : 102€ comprenant l'inscription et les sorties en car. Sortie falaise en sus.

Il est rappelé que l'inscription est exclusivement personnelle.

**Le cycle d'automne commence début octobre.**

**Inscriptions dès le 24 août à l'accueil !**

Le responsable du CIE  
Jean-François CAILLE