

Les Calanques, semaine d'escalade à la Méditerranée

Voies fascinantes, aussi à plusieurs longueurs de corde, dans la beauté des criques sauvages entre Marseille et Cassis.



Dimanche:

Arrivée à Fiesch ou Brig – Rencontre du groupe à 09.00 heures en face du bureau du centre d'alpinisme Aletsch à Fiesch ou à 09.30 heures en face de la gare de Brig – Voyage en bus du centre d'alpinisme par le col du Simplon vers Cassis – Check in à l'hôtel et dîner – Nuitée.

Lundi – vendredi :

Pendant 5 jours, nous cherchons les plus belles voies dans les magnifiques criques des Calanques. La formation en techniques d'escalade et de nœuds ainsi que la plongée rafraîchissante quotidienne dans la mer pendant la pause midi font évidemment partie du programme.

Samedi: Retour de Cassis à Brig et Fiesch – Fin du cours.

Prix:

A partir de 5 personnes Fr. 1'290.- par personne. Le prix comprend: le guide, les nuits en chambre d'hôtel avec petit-déjeuner et le voyage de Fiesch à Cassis et le retour à Fiesch. Le dîner, les collations (lunch) et les trajets en bateau taxi ne sont pas compris dans le prix. Chaque matin, avant l'escalade, on peut faire des achats pour le lunch à Cassis.

Date:

Du dimanche 14 jusqu'au vendredi 20 septembre 2014.

Niveau requis:

Des connaissances préalables ne sont pas nécessaires. Toutefois, vous devriez être sportif et pas sujet aux vertiges. Cette semaine est convenable pour les débutants et les avancés.

Équipement:

Il faut un équipement d'escalade complet:

Chaussures de sport (chaussures formateurs), sac à dos, chaussons d'escalade avec semelles sans profil, baudrier d'escalade, 3 mousquetons à verrouillage, 6 dégaines, 2 anneaux de sangle, 1 descendeur en huit, 1 cordelette, casque d'escalade, sac à magnésie, pantalon de randonnée ou pantalon décontracté léger, Shorts, serviette de bain, maillot de bain, pull-over, veste imperméable, vêtements de rechange, chapeau de soleil, de bonnes lunettes de soleil, de la crème solaire et du baume à lèvres, couteau de poche, petite trousse à pharmacie, passeport et des Euro.

Vous pouvez louer le matériel technique manquant (baudrier d'escalade, casque, mousquetons, anneaux de sangle) chez nous au centre d'alpinisme Aletsch. Chaussures d'escalade avec semelles sans profil (chaussons d'escalade) sont à apporter soi-même.

Informations diverses:

Pendant toute la semaine nous vivons dans le confortable „Hôtel de France Maguy“ à Cassis. L'hôtel se situe à 5 minutes à pied du port et du centre du village.

Numéros de téléphone:

Hôtel de France Maguy (0033) 04 / 42 01 72 21

Assurance:

Une assurance accidents suffisante est l'affaire du participant. Nous vous conseillons de souscrire une assurance annulation. Nous vous prions de prendre note de nos conditions. Ils sont publiés sur notre site internet et dans notre programme annuel.

Nous sommes disponibles en tout temps pour répondre à toutes vos questions.



Tel 027 / 971 17 76
E-Mail info@bergsteigerzentrum.ch
Internet www.bergsteigerzentrum.ch