

Escalade Adapté : le plein d'adrénaline

Malgré les contraintes sanitaires toujours présentes, le créneau du sport adapté a pu et peut continuer à profiter des infrastructures d'Escalibourne.

Après avoir eu un coup de main pour l'encadrement de Jean V suite au couvre-feu, c'est Jean-Pierre R qui a rejoint le groupe pour quelques séances. (Sans oublier Thomas M, récemment inscrit au club).

Mercredi 31 mars, a eu lieu une séance un peu particulière : sous l'impulsion de JP, nous avons mis en place une via-cordata sur le mur des Dagueys pour faire découvrir à nos jeunes une autre pratique de l'escalade.



Et ce n'est pas sans émotion qu'ils ont dû appréhender cette discipline.

L'effort de concentration pour les consignes de sécurité (sécurisation par longe double), le fait de se déplacer horizontalement tout en évoluant en hauteur auront eu raison de leur énergie.



La via-cordata les emmenait jusqu'au 1^{er} relais sur la dalle pour redescendre en moulinette...

En parallèle de cette progression, nous avons mis en place 2 autres ateliers :



Slackline

Parcours d'obstacle pour la coordination corporelle



Une séance bien remplie, avec des sourires, des peurs, beaucoup de fatigue et peut être quelques courbatures le lendemain mais beaucoup de plaisir...