



Club Escalade Sensabloc

219 Chemin de la Reynarde
84200 CARPENTRAS

☎ 06.98.77.95.17

CYCLE "ENTRAÎNEMENT" ADULTES

Un cycle "Entraînement" débutera en Septembre 2023. Ce cycle s'adresse aux adultes, hommes et femmes, débutants ou ayant déjà un certain niveau de pratique en escalade et désireux de faire progresser leur technique gestuelle et augmenter leur capacité physique... tout en s'amusant !

DATE: Les séances auront lieu le lundi de 18h30 à 20h

- | | | |
|--------------------------|-------------------------|---------------------|
| → 25 Septembre | → 4, 11 Décembre | → 11, 18 Mars |
| → 2, 9, 16 Octobre | → 8, 15, 22, 29 Janvier | → 1, 8, 15 Avril |
| → 6, 13, 20, 27 Novembre | → 5, 12, 19 Février | → 6, 13, 20, 27 Mai |

LIEU DE L'ACTIVITE :

Les séances ont lieu à la salle Sensabloc, située au 219 Chemin de la Reynarde à Carpentras.

DEROULEMENT DE L'ACTIVITE :

Le programme des cours sera préparé par un moniteur, mais les séances seront animées de façon collaborative par les anciens Sensabloqueurs.

COUT:

Le cycle est proposé à **260 €** pour tous ceux ayant déjà leur adhésion 2024 au club.
Pour les autres, il faut majorer ce prix du montant de l'adhésion 2024, soit **35 €**.

« Pack Adulte Entraînement: Adhésion + cycle Entraînement Année + accès libre Année : 435 € »

OBJECTIFS:

Le but de ce cycle est de permettre à chaque participant d'élever son niveau de pratique vers un niveau plus élevé. Enrichir son répertoire gestuelle, développer ses capacités physiques et mentales, apprendre à gérer son effort, seront autant de thèmes abordés tout au long du cycle.

**Le nombre de place étant limité, n'hésitez pas à réserver dès aujourd'hui !
(06 98 77 95 17 ou sensabloc@gmail.com)**