

3 nouveaux initiateurs SAE à l'AESM

Début octobre, nous avons participé à une formation afin de devenir initiateur en SAE, nous permettant de faire découvrir et d'encadrer des personnes débutantes sur une structure artificielle d'escalade. Ce stage a réuni une dizaine de personnes provenant de divers clubs de la région, aspirant à obtenir ce diplôme. La plupart d'entre nous étions logés dans une auberge de jeunesse donnant l'occasion d'improviser des soirées animées et d'échanger sur nos pratiques de l'escalade. Le premier jour, les thématiques étaient portés sur des notions de physique permettant de comprendre les chutes et les conséquences engendrées tant sur le matériel que sur le grimpeur. Cette journée, nous a également permis d'apprendre à organiser et créer un cours en toute sécurité. De la théorie à la pratique, une nuit suffit ! Le jour suivant, nous avons pu encadrer un groupe d'une dizaine d'enfants. Le travail à réaliser étant d'identifier leurs défauts afin de les faire progresser de manière ludique et adaptée, tout en veillant à la sécurité. L'objectif principal étant de leur faire prendre du plaisir pendant ces deux jours de grimpe. La dernière partie du stage était la plus fun : apprendre différentes manipulations de cordes afin de pouvoir secourir une personne bloquée ou de monter une corde de manière sécurisée et seul. Cette dernière partie était des plus attendue mais s'est trouvée également être la plus impressionnante. Ce stage est maintenant clos. Il nous faut obtenir notre PSC1 ainsi que réaliser nos 20h d'encadrement avant de devenir officiel initiateur et initiatrice SAE. L'aventure n'est pas encore finie !

[Camille, Grégoire et Brian]



Agenda :

6 janvier : soirée galettes des rois

9 & 10 janvier : coupe de France jeunes bloc à Chambéry.

30 & 31 janvier : Championnat Régional de bloc

6 & 5 février : sortie alpinisme/raquettes à neige

13 février : sortie Vertical Art

14 février : Championnat régional vitesse à Cholet

21 février : sortie escalade rocher de Beauvoir (Poitiers)

7 mars : nettoyage rocher du Manis

21 mars : nettoyage rocher de Roussay

27 mars : sortie escalade au Manis

Le mot du Co-Président !

Chers licenciés,

La saison 2020-2021 se présentait sous de très bons augures avec presque 30 nouveaux adultes adhérents à l'AESM. Le stage s'est très bien passé avec une belle sortie sur le rocher du Manis. Le nombre de jeunes est toujours aussi important et tous les créneaux sont complets

Malheureusement, la situation sanitaire a stoppé net le nouvel élan que nous avons pris pour cette nouvelle saison et toutes les activités du club se sont arrêtées depuis bientôt deux mois. Nous attendons avec impatience le mois de janvier pour réouvrir les créneaux jeunes et adultes à la salle Grégoire. Nous sommes toujours aussi motivés pour retrouver les prises d'escalade !

D'autant plus que, comme vous le savez, nous avons un très gros challenge les 5 et 6 juin prochain puisque la fédération nous a reconduit sa confiance pour organiser le **Championnat de France Jeunes 2021**.

Pour ce faire, nous aurons et avons déjà besoin de toutes les bonnes volontés. Si vous voulez devenir acteurs de près ou de loin de cet événement national, nous vous invitons à vous faire connaître et à intégrer une des 5 commissions d'organisation tel que la restauration, le bénévolat, l'hébergement, la communication... Nous comptons également sur vous pour décrocher des partenaires car cela va être très difficile d'en trouver dans les conditions économiques actuelles.

C'est une belle occasion pour la ville de Cholet et notre club de gagner en visibilité. On compte sur chacun de vous.

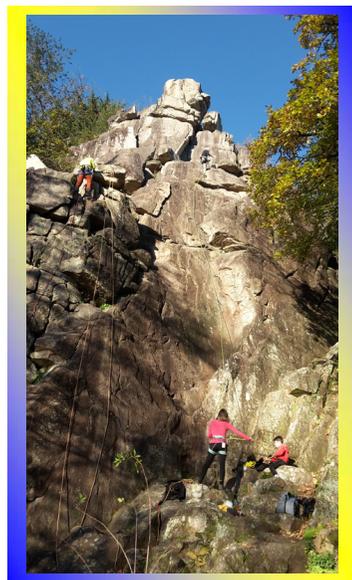
Tous les membres du bureau se joignent à moi pour vous souhaiter de très belles fêtes de fin d'année.

[Eric]

Stage adulte au rocher du Manis

Ce Dimanche 27 Septembre, nous nous sommes donnés rendez-vous à 9h30 sur le parking de la salle Grégoire. Après avoir récupéré cordes, casques, chaussons et baudriers, nous nous répartissons dans les différentes voitures. Nous partons : direction le Rocher du Manis situé sur la commune du Longeron.

Après un quart d'heure de route, nous arrivons sur le parking du site. Nous sommes chanceux : météo fraîche et ciel grisâtre ; pas de pluie (ce qui n'était pas le cas la veille). Nous entamons une marche d'une dizaine de minutes en direction du Rocher. Un échauffement « forcé » qui nous permet d'échanger et d'apprendre à se connaître. La vue se dégage petit à petit sur la vallée de la Sèvre Nantaise jusqu'à notre arrivée au pied du « colosse de pierre » de 35 mètres de haut. Un endroit magique prisé par les passionnés d'escalade.



②

Coupe de France de Bloc à Valence

Le lendemain, nos 2 jeunes U16 (Minimes) ont pratiqué de nouveaux blocs. Luka LEFORT chez les garçons s'adjuge 2 blocs et 4 zones et prend la 36^{ème} place dans un circuit physique et difficile. Quant à Camille CARDIN chez les filles, elle parvient à sortir 4 blocs plus une 5^{ème} zone supplémentaire et termine 22^{ème}. Ils ont tous les 2 emmagasiné de l'expérience nécessaire à leur progression future.

Au global une grande satisfaction pour tout le monde, où nos jeunes réalisent des performances au-delà des objectifs, le tout dans le cadre d'un déplacement dans la bonne humeur.

La prochaine étape sera pour eux, si les conditions le permettent début 2021 à Chambéry (73), ainsi que pour l'ensemble des compétiteurs Choletais par le championnat départemental de Blocs fin novembre 2020. On croise les doigts pour qu'il ait lieu...

**[Patrice pour la
commission compétition
AESM]**



⑦

Groupes Jeunes saison 2020-2021

Groupe lundi :
Microbes
Avec Claude, Loïc,
Patrick, Cindy et
Margot



Groupe Jeudi :
Minimes
Avec Clément,
Pascal et Camille

Groupe mercredi :
Benjamins
Avec Eric, Fred, Brian
et Ambroise.



4

Groupes Jeunes saison 2020-2021

Groupe Lundi :
Cadets / Juniors
Avec Jeff, Grégoire
et Camille,



Groupe vendredi :
Poussins
Avec Julien, Patrick,
Benoit, Nicolas et
Sabine.

Groupe Perf :
Avec Clément



5

Coupe de France de bloc à Valence

La saison des compétitions d'escalade a enfin repris pour les jeunes choletais qui étaient impatient de se mesurer aux autres grimpeurs de l'hexagone. Comme à chaque fois les 2 clubs Choletais : l'AESM et le Club Alpin se sont déplacés ensemble sur cette étape, avec 5 jeunes, leur coach Clément Lecallo et 2 juges accompagnants.

La ville de Valence dans le Rhône Alpe a ouvert le bal par une coupe de France de Blocs ouverte aux catégories U16, U18, U20 et seniors.

Dans le contexte sanitaire actuel, les organisateurs ont bien entendu adapté le programme pour respecter les gestes barrières et limiter le nombre de personnes dans la salle, en organisant notamment 2 vagues de passage par catégorie.

Pour la plupart des catégories, la jauge a dû être limitée à 70 personnes tellement le nombre d'inscrit était important. Malheureusement Brune et Suzanne n'ont pas pu être du voyage : ce sera pour la prochaine fois.

Ce sont les U18 (Cadets) qui commençaient dès le samedi matin. Maëlle BORÉ a bien géré son circuit de 8 blocs, elle réussit à en « sortir » 5 et obtient une 6^{ème} zone, elle prend ainsi une remarquable 12^{ème} place.

Ensuite ce fut le tour des U20 (Juniors) d'enchaîner sur sensiblement le même circuit. Nous avions Anaïs CLEMOT qui parvient à sortir 5 blocs et également et une sixième zone en un peu moins d'essais. Elle prend également une belle 12^{ème} dans sa catégorie.

Chez les garçons Titouan ALLAIN en U20 avait un circuit très difficile, il parvient à « toper » 3 blocs et une 4^{ème} zone, il prend la 41^{ème} place de bonne augure pour les prochaines sorties.



⑥

Stage adulte au rocher du Manis

Instructions données, harnais enfilés, cordes positionnées, nous voilà prêts pour l'ascension du Manis. Les binômes se forment. Nous choisissons notre voie. Il y a de quoi faire : pas moins de 65 voies sont proposées sur une échelle de difficulté de 4 à 7. Après plusieurs grimpes en moulinette ou en tête, nous pique-niquons en bord de sèvre. Moment apprécié de tous. Notre stage se poursuit par la découverte de la réchappe en moulinette. Nous suivons attentivement les instructions de Julie assistée de JF ; une manipulation technique et minutieuse que nous nous efforçons d'exécuter en conditions réelles. Nous terminons notre après-midi par une descente en rappel orchestrée par Julie du haut du Manis. Nous profitons d'une vue magnifique sur les coteaux éclairés par quelques timides rayons de soleil.

Nous repartons, ravis de cette journée en se questionnant sur l'intensité de nos futures courbatures 😊 .

Merci à Eric, Julie, JF, Yvon, Julien et Laurent pour ce moment.

[Melissa]



③