Coupe de France de bloc à Rungis 22 octobre 2022

Nous sommes partis le vendredi 21 octobre direction la région parisienne avec une partie des grimpeurs du groupe performance de Cholet (Camille, Brune, Cyprien, Luka, Tino, Maëlle et Coline) et le coach Romain Boré qui remplaçait Clément sur ce déplacement.

Notre première compétition de la saison de bloc s'est déroulée le samedi toute la journée à Vertical Art Rungis, une salle privée de bloc que nous connaissions depuis l'année dernière.

Ce sont les cadets/cadettes qui ont commencé à grimper sur 2 vagues de 8h à 12h. Camille est arrivée à la 57ème, Coline à la 30ème place, Brune à la 63ème place, Tino à la 59ème place et Luka à la 32ème place.

Ensuite, ce fût le tour des plus anciens, Cyprien et Maëlle chez les juniors, ils ont concouru de 13h à 15h dans la même vague, ils sont arrivés respectivement 56ème et 25ème.

Cette compétition fût courte et intense. Tout le monde n'a pas réussi à concentrer toute son énergie sur les blocs, et exprimer le niveau qu'il souhaitait. Ca reste toujours un plaisir de venir se mesurer aux compétiteurs des clubs de toute la France et de ressentir l'adrénaline de la compétition. Nous remercions évidemment Romain qui a su nous guider avec la précision et l'expérience qu'on lui connait. Il y a encore pleins de défis à relever cette saison !

[Coline]







Agenda :

16 décembre : Lolo's Trophy

17 et 18 décembre : Open de bloc de Mayenne

7 janvier : Sortie El Cap (Nantes)

14 et 15 janvier : Championnat régional de bloc (La Roche)

4 février : sortie Climb up (Angers)

12 février : MELT Mur Longué.

25 et 26 février : sortie alpinisme ou raquettes

4 et 5 mars : sortie alpinisme ou raquettes

11 mars : stage adulte révision au Manis

12 mars : Nettoyage rocher du Manis

Le mot du Co-Président !

Amis grimpeurs,

L'année sportive 2022/2023 commence sur les chapeaux de roue, puisque nous avons atteint pour la première fois les 200 licenciés avant Noël. Le stage adulte a eu beaucoup de succès avec une cinquantaine de débutants qui commencent à bien maitriser les gestes et la sécurité. Nous avons eu le privilège d'avoir un temps magnifique pour nos 2 grandes sorties : escalade grandes voies dans les gorges de la Jonte au 1er novembre et escalade dans le Périgord Blanc au 11 novembre avec une moyenne de 20 grimpeurs dans une ambiance plus que conviviale.

La saison des compétitions a également bien débuté pour nos jeunes avec pas moins de 3 étapes du Maine et Loire Trophy (MELT) dont une à Cholet. Le championnat départemental de bloc à la Roche sur Yon et pour nos jeunes du groupe performance, une coupe de France à Rungis et l'open de bloc de Mayenne.
Un grand merci à nos bénévoles entraineurs qui donnent de leur temps pour encadrer les jeunes. Je fais d'ailleurs appel aux nouveaux adultes pour découvrir un entrainement de jeunes et ainsi donner un coup de main aux initiateurs et puis pourquoi pas s'inscrire dans une formation, car nous manquons toujours cruellement de bénévoles formés (entraineurs et juges). Il faut savoir que le club fonctionne avec seulement 20 bénévoles permanents sur 200 licenciés soit uniquement 10%.

Une dernière information, l'AESM Cholet aura le privilège d'organiser le Championnat Régional de difficulté les 23 et 24 avril 2023. Pour cela, nous ferons appels à vous licenciés et vous parents pour ces 2 journées mais également pour le démontage et le nettoyage des prises. Je vous souhaite de joyeuses fêtes de fin d'année et une très belle saison d'escalade 😊.

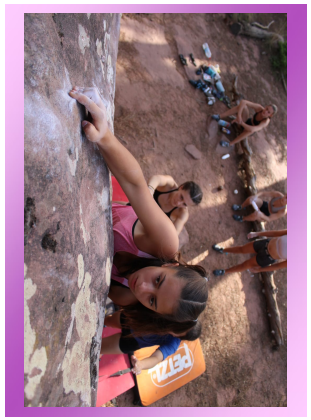
[Eric]

Stage jeunes Albarracin (Espagne) juillet 2022 :

Imaginez du soleil, des amis, le doux climat hispanique et des supers blocs dans une foret de résineux…
Vous êtes proches de notre fantastique stage à Albarracin !
Nous sommes partis vers 6h00 de Cholet, le mercredi 20 juillet.
Après une douzaine d'heures de route dans nos minibus respectifs, nous sommes arrivés au super camping « Ciudad de Albarracin ».
Une fois notre campement installé, direction le dodo afin de se préparer au mieux pour la grimpe du lendemain ! La fuente, Techos, Arrastradero… Tant de mots qui ont rythmés notre séjour. Que ce soit pour les plus connaisseurs, comme pour ceux qui découvraient cet endroit, ce stage aura été l'occasion de grimper dans un magnifique environnement. Les blocs correspondants à tous niveaux ont permis à chacun de pouvoir s'exprimer comme il voulait.
10 jours de partage, 10 jours de grimpe, 10 jours de découverte… « le Bleau espagnol » aura donc tenu ses promesses !

[Coline]









Sortie escalade Périgord Blanc

Vendredi 11 novembre, 7h, nuit noire (mais qui a proposé cet horaire de rendez-vous… ?)
Brevet blanc tout juste en poche, ou plutôt sur le baudrier, me voila sur le parking de la salle Grégoire, pour retrouver mes compagnons de covoiturage. Après des présentations rapides, en route direction le Périgord, retrouver le reste du groupe déjà sur place depuis la veille.
Dans le brouillard… au propre comme au figuré. Sur la route, on ne voit pas à 20 mètres. Dans ma tête ce n'est guère mieux… Cinq séances à la salle, un vague souvenir de falaise en colo il y a près de vingt ans et je ne connais personne dans le groupe. Qu'est-ce qui m'a pris de m'inscrire à ce weekend ?
Le soleil se lève rapidement et après trois heures de bavardages bien sympathiques, nous arrivons sur le site du Breuil sous un grand soleil ! Formation expressen réchappe moulinetteMade In Julie, au pied d'un arbre, et c'est parti !
Je pourrais continuer à vous raconter mon weekend. Vous décrire la beauté des sites en pleine nature, le plaisir de la découverte de la grimpe sur falaise, la bonne humeur des pique-nique ensoleillés, le partage et les encouragements qui font se surpasser, les chambrages qui décomplexent, vous partager la bonne humeur et la convivialité des repas préparés ensemble ou encore la folie douce des soirées arrosées.
Je pourrais vous livrer les petits secrets inavouables de ce beau weekend. L'utilisation d'une perche en milieu de voie, un vol plané achevé tête en bas sur une cheville de son assureur, la flatulence coupable qui a déclenché ce vol, les manœuvres à genoux pieds dans le vide, vous présenter l'heureuse élu(e ?) de miss AESM, vous parler des charentaises d'après escalade, des ronflements qui font trembler les lits superposés, de l'étouffement au petit beurre ou du décès par asséchement de Don Papa et de Mezcal.
Je pourrais… mais Eric, Aymeric, Julie, Grégoire, Laurent, Maryvonne, Brian, Clémence, Francisco, Aurore, Tristan, Pierrick, Coline, Khemi et Bertrand m'en voudraient terriblement.
(C'est bon j'ai cité tout le monde, pas de boulette ! Bon par contre, ne cherchez pas, il n'y a aucun lien entre l'ordre des secrets et l'ordre des participants… tout ce qui se passe dans le Périgord, reste dans le Périgord 😉)
Je voudrais surtout vous parler d'une belle rencontre qui m'a ému lors de ce séjour *(Message au conjoint d'Aurore : ce n'est pas d'elle dont je parle, pas de panique, notre complicité ne fut que d'assurage et de rire, entre débutants artistes des réchappes à genoux pieds dans le vide (oups j'ai livré un secret… !))*. D'abord ténue, un pressentiment vague. Il s'est emparé de moi au Breuil, m'a emballé lors de la 1ère soirée, m'a définitivement conquis le deuxième jour pour ne plus me quitter jusqu'à la fin, malgré la fatigue, pas uniquement due à l'enchainement des voies. Il, ce n'est pas Miss AESM, pourtant bien poilu *(oups, 2ème secret… !)*, mais plutôt l'esprit qui l'anime. L'AESM, pas la miss !
Cet esprit qui m'a fait me sentir immédiatement bien. Cet esprit qui fait que les anciens prennent du temps pour accompagner les nouveaux. Cet esprit qui m'a fait me surpasser et m'a permis de prendre du plaisir à grimper.Cet esprit qui tantôt encourage, tantôt chambre, mais jamais ne juge. Cet esprit de partage, de convivialité, de bonne humeur, de bienveillance et de simplicité. Cet esprit qui fait que durant trois jours, seize personnes d'âges, d'horizons, de cultures, de milieux, de parcours de vie tous différents vont vivre heureux ensemble autour d'une passion commune.Cet esprit qu'il y a trente ans, quelques-uns parmi le groupe et beaucoup qui n'étaient pas là cette fois, ont voulu, construit, forgé. Cet esprit que d'autres ont perpétué. Cet esprit que j'ai découvert et tout de suite aimé.
C'est quand le prochain séjour ???

[François-Marie]

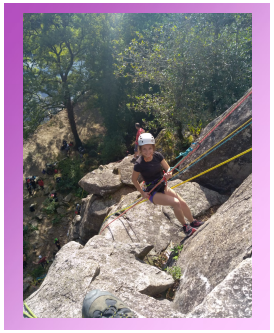




Stage adulte octobre 2022

« Attention… corde ! » crie une voix à mes côtés, pour le moment je suis bien loin d'être assez réactive pour la rattraper avant qu'elle ne touche le sol…
Noeud de huit, de Machard, cabestan, pontet, dégaine, une pluie de mots techniques à retenir dans les jours à venir. Le stage a bel et bien commencé.
Au sol, je m'exerce à faire les nœuds, j'observe avec attention la technique d'assurage et c'est parti à nous les 13 mètres d'ascension ! Plus tard s'en suivent les manœuvres de haut de voie, nous apprenons aussi à descendre en rappel.
Lors du deuxième jour de stage, le temps est humide. Le rocher du Manis aura le temps l'après-midi de sécher pour nous laisser découvrir les joies de la grimpe en extérieur. Rien à voir avec la salle, les sensations sont totalement différentes. Les prises ne sont pas jaunes fluos, il faut davantage tâtonner pour trouver sa voie. La paroi rugueuse sous mes mains, je cherche la manière de monter le rocher, quelle satisfaction d'arriver en haut !
Assurer, monter… chuter ! Dernier apprentissage du stage, faire quelques vols pour dépasser sa peur du vide, en tête, en moulinette, pas de panique nous sommes bien attachés.
Fin du stage, j'ai la sensation d'avoir appris en très peu de temps énormément de choses. J'ai hâte à présent de revenir à la salle pour progresser et découvrir de nouvelles voies. Merci à tous les bénévoles pour leur encadrement et leurs conseils !

[Aure]




Sortie accro-branches octobre

J'ai beaucoup aimé l'accrobranche et faire des tyroliennes surtout les plus difficiles auxquelles j'avais accès. Le parcours le plus dur que j'ai fait s'appelle "aventure 8". C'était une bonne activité en famille.

[Juliette]

La sortie accrobranche était très bien organisée. J'ai passé un très bon après midi avec mon père et un copain de collège. Les parcours étaient bien jusqu'au niveau rouge.

[Elouan]

J'ai passé une très bonne journée, j'ai bien aimé les tyroliennes et je suis prêt à y retourner!

[Ferdinand]

L'accrobranche avec le club escalade c'était cool les parcours étaient super même si la dernière était dure. On a passé des bons moments avec Martin et Jul.

[Matthew]

J'ai adoré la journée à l'accro branche j'en garde de très bons souvenirs avec martin et Matthew, À faire en famille car des frissons garantis.

[Jules]





Championnat départemental de bloc 5 et 6 novembre

C'était le lancement de la saison des compétitions ce week-end du 5 et 6 novembre. Jeunes (et moins jeunes) grimpeurs de Cholet s'étaient donnés rendez-vous à La Roche sur Yon pour le championnat départemental de bloc du 85 et du 49. C'est une belle vague rouge qui a déferlé en Vendée avec les choletais cafistes et geckos.

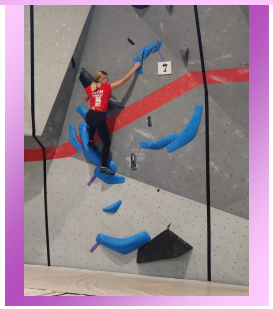
Un samedi plein de promesses

Soutenus par leur famille et conseillé par leur coach Brian, nos plus jeunes ont pu se lancer dans les 20 défis de cette belle salle Rivoli. Souplesse, équilibre, coordination, résistance, recherche de méthodes, dépassement de soi… les muscles et les cerveaux étaient mis à rudes épreuves.

Il n'y avait pas d'enjeux de qualifications pour cette demi-journée. Nous noterons tout de même les belles places en U14 de Lola (6ème), Bahia (16ème) et Marion (17ème), Simon (13ème) et Louka (5ème). Pour les U12, Bravo à Angelo (2ème, il monte sur le podium !) et à Daphnée (4ème pour sa première participation)

Pour ces catégories, la prochaine date est dors et déjà notée dans le calendrier : le samedi 1er avril pour les départementaux de difficulté de Chalonnes.



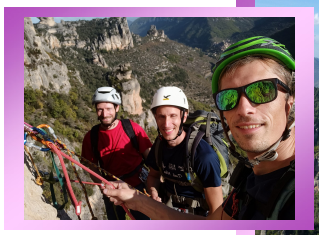




Sortie escalade grandes voies Gorges de la Jonte Toussaint

Les jambes sont tremblantes et les mains mal assurées, seulement satisfaites lorsque se présentent des bacs, heureusement assez nombreux. Puis arrive le relai sur lequel on se vache avec soulagement. L'intérêt pratique voudrait que l'on reparte tout de suite en tête, mais pour une première fois, autant laisser le chef de cordée reprendre la tête. Commence alors, l'assurage à flanc de falaise, vacher au relai et assis dans son baudrier. C'est une position que l'on apprécie trouver après avoir terminé sa longueur mais elle devient vite inconfortable. Il faut rester concentrer sur l'assurage d'un grimpeur qui n'est plus forcément visible alors que les sangles du baudrier rentrent sous les cotes et qu'il faut refouler des pensées parasitaires : « Ai-je bien fait mes nœuds ? », « ai-je raison de faire confiance dans le bout de corde réformé que m'a filé Yvon et qui me sert de vache ? » … Finalement, tout se passe bien et la grimpe peut reprendre.
Vient ensuite un moment, la confiance prise, de partir en tête soi-même. Les choses prennent alors une autre dimension et la chute devient beaucoup moins souhaitable au vu de l'espacement entre chaque dégaine. La concentration redouble. Les pointillons du rocher rentrent dans la pulpe des doigts mais c'est au moins la garantie que la prise tient bien. Les perspectives d'une chute poussent à serrer les prises un brin trop fort mais c'est aussi un coup à se retrouver avec les bras daubés avant la fin de la longueur. Atteindre le relai est d'autant plus une source de fierté et de satisfaction quand longueur a été faite en tête et qu'elle représentait un petit défi. Finalement, arrivé à la fin de la voie, un paysage plutôt extraordinaire sous les yeux, on se dit qu'on la referait bien en la grimpant plus proprement… sans tirer sur les dégaines. Mais c'est sans compter le temps qui s'est écoulé, le soleil est alors déclinant. La notion du temps a été perdu tant on en fait abstraction quand on grimpe, une longueur ne semblant durée que quelques minutes. Cela dit, l'image d'une bière fraîche qui attend au camping est tout à fait idéale pour se consoler de quitter le rocher.

[Tristan]



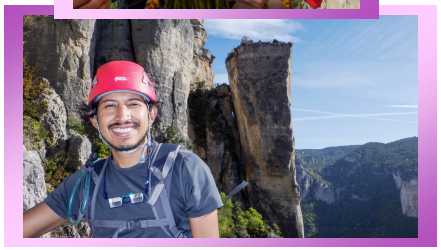




Sortie escalade grandes voies Gorges de la Jonte Toussaint

La nuit a été froide et la matinée fraîche, mais c'est l'heure d'aller grimper. Difficile de se tirer du duvet mais hors de question d'y rester au vu du panorama qui nous cerne. Ici, au Rozier, à la confluence du Tarn et de la Jonte et en bout de course de leurs gorges respectives, des falaises se dressent de tous côtés. Elles sont néanmoins chétives relativement à celles qui nous attendent. L'inertie du groupe est lourde et tant que bien mal, les voitures se remplissent et entreprennent de remonter la Jonte, direction les gorges. C'est seulement alors que l'on se rend compte de l'ampleur du lieu : d'imposantes falaises calcaires aux formes étonnantes s'élevant de chaque côté, bientôt survolées par des dizaines de vautours. Et surtout, de longues pentes raides, où alternent pins, arbrisseaux et plantes épineuses, reliant la route aux pieds des falaises et promettant une marche d'approche essoufflante.
Les cordées sont organisées à la sortie des voitures, mélangeant les novices de la grande voie, les amateurs et les vétérans chargés de les guider. Doucement, la marche d'approche débute et très vite, elle donne son petit effet. Arrivés en bas des voies, les respirations sont bruyantes et les pulls sont tombés, la fraicheur matinale ayant déjà fait place à une chaleur exceptionnelle en cette fin octobre. Mais pas assez fatigué pour endiguer la motivation. La grimpe peut enfin débuter. Les habitués de la falaise partent en tête, visiblement ravis de retrouver le rocher. Puis les non-initiés partent en moulinette, ceux-ci bien plus accoutumés au confort des prises en résines et aux murs lisses des structures artificielles à la hauteur bien plus limitée







Championnat départemental de bloc 5 et 6 novembre

Les résultats du dimanche matin

Il fallait se réveiller aux aurores pour apprécier les mouv et les performances de nos expérimentés U16 Océane et Mathias mais aussi de Bertrand en vétéran. Ce dernier termine premier du département en vétéran avec 16 blocs topés.

Bravo à Mathias qui commence l'année en forme avec sa 4ème place en U16 Garçons ! On note bien-sûr aussi la belle 6ème place pour Océane, qualifiée elle-aussi directement pour la phase régionale du 15 janvier.

Des podiums le dimanche après-midi !

En U18, les filles montent sur les plus hautes marches : Brune 3ème et Coline 1ère. Les garçons en U18 ne déméritent pas non plus avec une 18ème place pour Martin et une 22ème place pour Matthew.

Maëlle termine elle-aussi à la première place avec 25 blocs de toper. Elle a déjà en tête les championnats régionaux en senior et en junior.

Bravo à nos seniors aussi ! 3 d'entres eux se sont lancés avec appétit dans ce contest de bloc. Tristan (10 blocs topés) et Brian (14 blocs topés) ont pu jauger leur niveau après un été de grimpe. Gabriel quant à lui se place lui à la 16ème place, en pleine forme ! On attend avec une équipe renforcée sur le championnat de difficulté.

[Samuel]





Groupe lundi :
U 10
Avec Claude,
Patrick, Loïc, Fred





Groupe mercredi :
U 14
Avec Brian, Benoit et Fred

Groupe vendredi :
U 12
Avec Grégoire, Brian, Loïc et Nicolas



Groupe Lundi :
U 18 / U 20
Brian,
Jean-François,
Yvon.





Groupe jeudi :
U 16
Avec Clément, Pascal et Tristan

Groupe Performance
Mardi et vendredi
Avec Clément (DE)

