



Equipe performance (Poussins -> Juniors)

Présentation, critères de sélection et engagements

Pour la saison 2018 le Club d'Escalade de l'Avranchin souhaite offrir aux jeunes compétiteurs des moyens humains et techniques répondant à leurs motivations, en voici le détail.

- **Quels objectifs ?**

Regrouper les meilleurs jeunes grimpeurs du club pour créer une émulation et les emmener vers le sommet.

Proposer aux jeunes de s'entraîner dans des conditions optimales (structure, temps de pratique, moyen humain...)

- **Quels moyens mis en œuvre ?**

14 grimpeurs maximum dans cette équipe performance.

Un créneau spécifique de 2h le samedi de 15h à 17h sur les structures d'Avranches ou Sartilly en fonction du calendrier de compétitions.

Un programme d'entraînement adapté et des séances à reproduire lors de la grimpe en autonomie.

Des stages pendant les vacances scolaires en fonction des disponibilités de chacun.

Du coaching sur les compétitions officielles (bloc & difficulté).

- **Quels critères de sélection ?**

Etre grimpeur à Sartilly, Avranches ou Ducey.

Faire partie des catégories poussins, benjamins, minimes, cadets ou juniors (de 10 à 19 ans).

Assiduité aux cours, comportement, motivation, investissement personnel...

- **Quels engagements ?**

Participer aux compétitions du circuit officiel.

S'investir dans la réussite de son projet sportif (disponibilité, motivation et implication pendant les entraînements).

Faire en dehors de la séance du samedi au moins 1 autre séance d'escalade par semaine.

S'impliquer dans la vie de son club (co-encadrement, aide sur les évènements...)

- **Quel coût ?**

Ajouter 40€ au prix de la cotisation annuelle. Les frais d'inscription aux compétitions officielles sont pris en charge par le club. Selon les déplacements, une participation pourra être demandée aux familles.

**Détails et inscriptions auprès
d'Adrien**

contact@grimpavranches.com

07.68.70.12.84