

## Bilan Journée Découverte de l'Escalade

Jeudi 9 Janvier 2020

De 10h00 à 16h00 à l'Aigle



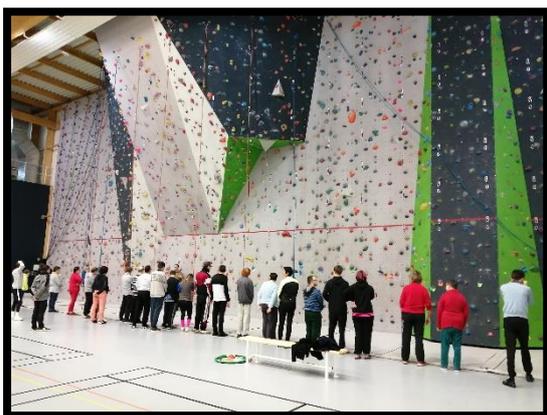
Le Comité Départemental du Sport Adapté de l'Orne et RISL'ADVENTURE ont organisé une journée découverte de l'Escalade pour les personnes en situation de handicap mental et/ou psychique. Elle s'est déroulée, le Jeudi 9 Janvier, au pôle sportif intercommunal de l'Aigle.

26 personnes de 4 établissements de l'Orne sont venues découvrir l'Escalade :

- ESAT La Frémondrière de l'Aigle
- Le Foyer la Corne d'Or
- Le foyer les Alizés
- Le foyer de la Chapelle près Sées



Nous avons commencé la journée avec un échauffement, puis nous avons mis en place 3 ateliers : un atelier sur le système d'assurage et sur la mise en place du baudrier, un atelier sur l'équilibre et la découverte des prises et du mur d'escalade et enfin un atelier de petits jeux ludique pour amener à la perte des appuis terrestres.



L'après-midi a été consacré à la grimpe encordée, avant de clôturer cette très belle journée par un goûter.



Le CDSA 61 tient à remercier chaleureusement l'association Risl'Adventure, Julien pour l'organisation de la journée et Guillaume et Nathan pour leur présence et leur gentillesse.

Merci également à Etienne, Miléane et Karine qui sont venus bénévolement sur cette journée et qui nous ont aidés dans l'encadrement et l'assurage.