MJC
Club d'escalade Val'Roc

Weekend famille Mai 2023

Ce rassemblement familial a lieu chaque année pour l'Ascension, il s'adresse à tous les membres du club ainsi qu'à leurs familles, grimpeurs ou néophytes.
Chaque mineur doit être accompagné par un adulte et sera placé sous sa responsabilité.

<u>Il a plusieurs objectifs :</u>

- Apprendre à se connaître et favoriser la cohésion du groupe.
- Vivre ensemble des moments ludiques, conviviaux et surtout de partage.
- Mettre en pratique l'enseignement dispensé tout au long de l'année, concernant la sécurité et les techniques d'escalade.
- Offrir aux adhérents l'expérience de grimper en **SNE S**ites **N**aturels d'**E**scalades pour un public habitué à grimper en salle sur une petite hauteur ou en bloc.
- Avoir un enseignement pratique des techniques de progression et de sécurité afin de développer l'autonomie des participants en falaise.
- Initier les participants à la grande voie en faisant un relais suspendu en falaise.

Les participants :

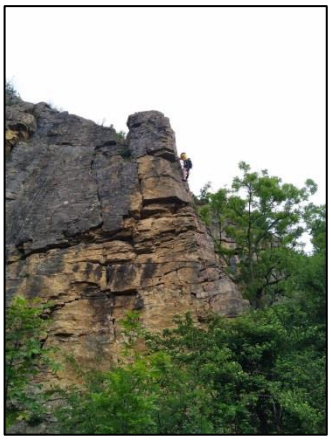
Famille David : Nadia, Dom, Marika, Damien, Julie, Titouan
Famille Stives : Amandine, Joël, Célia, Tom, Joseph
Famille Caquet : Audrey, Laurent, Selma, Louane, Romain
Famille Raymond : Lucie, Julien, Leila, Matthew
Famille Muller : Élodie, Jérôme, Louise
Famille Fallou : Bénédicte, Stéphane, Zoé
Famille Lacroix : Valerie, Leo, Titouan
Famille Dubief : Elodie, Julien, Hugo, Nolan,
Isabelle, Olivier, Julian
Famille Beau : Marino, Jean-Yves, Thierry
Famille FAU : Manu et Laure

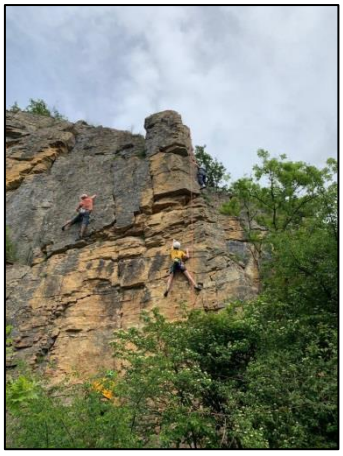
Déroulement :

Après l'Ardèche, le Tarn, La Drôme… notre camp de base s'est installé dans l'Ain à une heure de Vaugneray, au camping du Point Vert, à côté du Rhône.
Notre choix pour les sites était une équation entre un temps de parcours limité, un accès aux falaises de ~15mn et un bon camping ; Ce fut une réussite. Ces sites sont champêtres ou forestiers, toujours agréables et fleuris en cette saison (cytises, asphodèles, marguerites…)
La météo ne nous a pas permis de nous baigner, dommage même si quelques ados ont quand même osé faire un plongeon dans le Rhône.

➔ Le jeudi, l'installation de chaque tente à 100m du fleuve s'est bien organisée ainsi que la très grande table dressée pour tous. Organisation parfaite de la logistique, merci Dom.

Après le pique-nique de midi, un briefing matériel a été nécessaire, puis nous sommes partis grimper à **Hières-sur-Amby**.
Jolie falaise vers les grottes de la Balme où chacun a trouvé son niveau technique pour s'exprimer, dans les secteurs 'La Ruine', 'Emie jolie' et 'Zinzin le retour''.
Les jeunes, tous licenciés, forment un groupe assez homogène. Ils sont autonomes pour assurer leur binôme en moulinette où la corde a été posée, au préalable, par un grimpeur sachant grimper en 1er de cordée.
Sous la surveillance des encadrants bien sûr, mais en toute confiance.

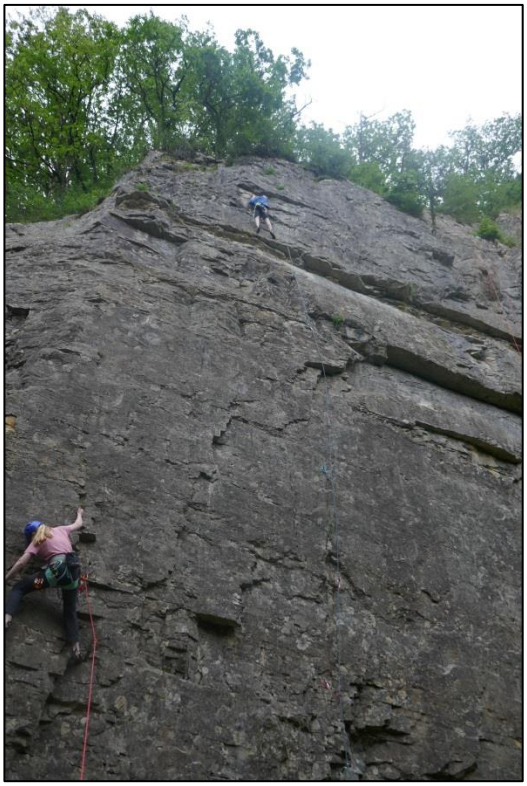




Le grimpeur « en tête » doit maîtriser la technique de « haut de voie », où il doit passer sa corde dans un maillon du relais à 20 ou 30 mètres du sol, en toute sécurité.
Retour au camping ou environ 70 cygnes se pavanaient sur le Rhône bien tranquilles.
Partage du repas en commun après un tour de grande table pour se présenter. Thierry nous distribue des mots mêlés de sa confection sur lesquels nous devons repérer des mots en lien avec la grimpe.

➔ Le vendredi matin, la sortie **canoës** animée par Jérôme nous a confrontés à la descente de l'Ain. 14 canoës biplaces réservés sur la base de l'Esquimaude à Pont d'Ain, ça fait du bruit, un sacré groupe !!!
L'embarquement s'est fait avec précaution, l'eau n'étant qu'à ~10°C, mais cela n'a pas empêché certains de passer à l'eau volontairement ou non !!!
Des haltes de regroupement, un pique-nique et des jeux dans le rapide qui nous ont amenés nickel à l'heure au bus du retour. Merci Jéjé

L'après-midi, un petit groupe de courageux a testé sa résistance sur la paroi de **Vertrieu**.
Petit site intéressant mais un peu patiné car très proche de la route.
Secteurs 'initiation' et « Grand dièdre » pas facile après l'eau froide du matin !!!
On a pu constater le bon niveau d'Anglais de Tom qui a oublié une dégaine sur la falaise. Un imbroglio face à des Belges parlant Néerlandais, Anglais ou Allemand ? Tout le monde s'y est mis et enfin on l'a récupérée !!!



Pour nous remettre de nos émotions, un barbecue géant a été mis en place ainsi qu'un repas en mode auberge espagnole où chacun a participé en apportant un plat préparé à la maison :
Quiches, salades, cakes, tartes, gâteaux, boissons.
Une belle cohésion de groupe. Merci Thierry
La soirée s'est poursuivie en musique avec des maîtres de danse ! Les quelques gouttes de pluie ne nous ont pas empêchés d'enchainer Madison et autres danses de groupe. La slackline est posée et ne désemplit pas.

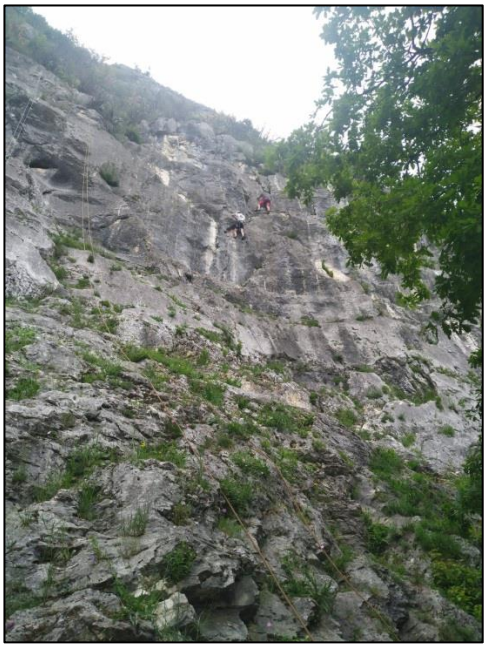
➔ Le samedi, nous sommes réveillés par le bruit d'une myriade d'oiseaux et par des battements d'ailes, des cygnes qui faisaient la cours à des cygnes !!!
Les tables ont séché et pour le petit déjeuner le groupe des jeunes et des moins jeunes se chauffent les neurones pour découvrir le plus rapidement possible les prénoms de tous les participants du WE sur un autre mot mêlé.
La belle falaise de **Crept** nous attendait avec un peu de brume qui s'est vite dissipée dans l'après-midi.

Beaucoup de monde sur le site, mais nous trouvons notre place dans les secteurs 'Les Travaux d'Hercules', 'La Jonction' et 'Ponchette de droite'.

Nous nous sommes bien vite réchauffés en faisant des voies entre 5b et 6c sur de belles dalles avec petits surplombs.

Les ados et adultes ont enchaîné les voies avec motivation. Les bras, les doigts, les pieds et la concentration ont été mis à rude épreuve.

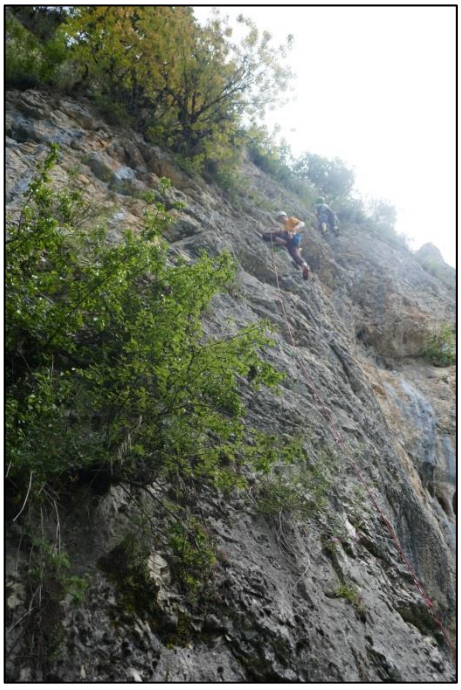
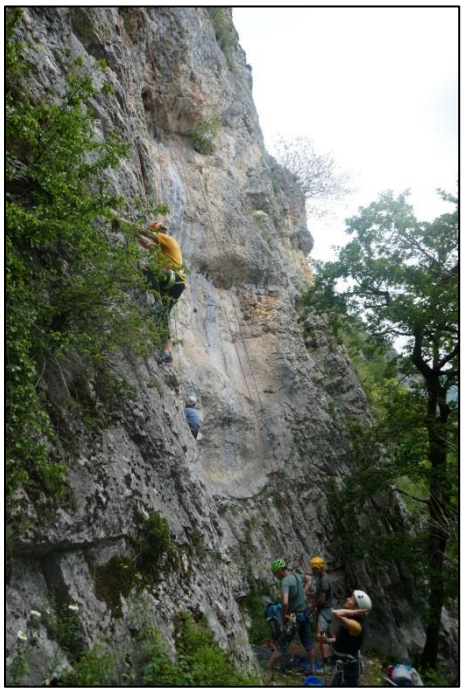
Deux ados ont fait leur première voie en flèche et redescente en rappel sous la surveillance de Thierry.



Des parents courageux ont fait des voies en baskets.
Une excellente ambiance au pied des voies, mais en fin de journée la moitié du groupe est rentrée à Lyon.

Soirée en petit comité avec petit barbecue pour finir les restes.

➔ Le dimanche matin, un petit tour de paddle pour les jeunes pendant que les adultes rangeaient les tentes.
D'anciens œufs de cygnes, gros comme une boule de pétanque ont été trouvés au bord de l'eau, fabuleux.
Puis un petit groupe est retourné grimper à **Crept** pour « se finir les bras » dans les secteurs 'Senteur Fraîcheur' et 'Terrassements d'intérêt général' : secteurs qui piquent les doigts, qui râpent les genoux et les coudes.
Quelques-uns sont allés faire une petite reconnaissance dans le secteur « Renaissance » pour essayer une ou deux voies plus faciles mais ont trouvé le secteur un peu « péteux ».
Un ado est monté en tête, a installé son relais pour faire monter un second et installé un rappel pour la descente.
Un 6b/C nous a bien énervés ainsi qu'un 6a+. Nous avons trouvé les cotations assez sévères.
Manque d'habitude, fatigue des premiers jours où sous-cotées ?

Nous sommes rentré en 1h15 sur Vaugneray et sans encombre, génial.

Nous pensons remettre quelques récompenses pour tous ces grimpeurs, lors de la soirée de fin d'année du club.

<u>Les différents prix :</u>

→ Le mousqueton d'Or : Joseph → La Grenouille d'Or : Tom → Le lévrier d'Or : Joël
→ Les Lézardes d'Or : Zoé et Louise → Les DJ d'Or : Titouan et Jérôme
→ L'équilibriste d'Or : Matthew → La sandale d'Or : Thierry
→ Les baskets d'Or : Nadia, Damien, Amandine
→ Le motivé d'Or : Hugo, Nolan, Julian, Julie, Titouan, Célia, Selma, Louane, Romain, Leila,
→ Les palmes d'Or : Marino et Jean-Yves, Dom, Audrey, Laurent, Lucie, Julien, Elodie, Bénédicte, Stéphane, Valérie, Leo, Elodie, Julien, Isabelle, Olivier, Laure, Manu.

Ce fut un réel plaisir d'être tous ensemble pendant ce WE, cela a généré des liens forts entre nous. Un grand merci à toutes et tous.
La transmission, des connaissances et de nos valeurs, est primordiale à mes yeux.
Cela en amont et pendant le temps d'un weekend mais qui devrait se prolonger, bien sûr.

À refaire, sans aucun doute !!!

Thierry pour Val'Roc