

Cours d'escalade entraînement en salle pour ados et adultes Saison 2018-2019

Salle JACQUELINE, Av. Pierre Corneille, Strasbourg-Hautepierre

Responsable	Renseignements Inscription Catégories	Stage	Horaires	
MP Rousselot 06 24 88 25 65	Secrétariat du club	Séances à l'année.	Lundi 18h-20h	Gratuit contre une participation active

Encadrement assuré par Jérôme MEYER, (DE-JEPS Escalade).

Entraînement 2018-2019

Le CAF propose à toutes les personnes intéressées, jeunes et adultes, un entraînement le lundi de 18h à 20h, hors vacances scolaires, à la salle Jacqueline (Hautepierre)

Aucun niveau préalable (hormis débutant total) ne sera exigé. Ce qui compte, c'est la motivation à progresser, l'investissement personnel.

Les cours seront axés sur le perfectionnement technique, le renforcement musculaire, le travail sur la motivation et la gestion du stress.

Pour plus d'infos : mariepaulerousselot@yahoo.fr

Fiche d'inscription à envoyer : secretariat@clubalpinstrasbourg.org