

MATÉRIEL

Pour les **débutants**, tout le matériel est fourni par le CAF Grenoble Isère (à l'exception des chaussures) moyennant une modique somme. Nous prêtons :

casque / baudrier / combinaison néoprène / chaussons néoprène.

En plus, penser à prendre pour chaque sortie :

chaussures fermées pour marcher dans l'eau (type tennis ou basket) / maillot de bain / serviette / bouteille d'eau / en-cas (ou casse-croûte selon la durée et l'heure de rdv).

EN SAVOIR PLUS

NOUS RENCONTRER

Tous les **premiers mercredi** du mois au local du CAF, à partir de **19h**.

NOTRE SITE WEB

N'hésitez pas à consulter le site web de la section canyon

www.expleaucafgrenoble.fr

Vous y trouverez :

- ▶ nos compte-rendus de sortie
- ▶ des infos sur les canyons de la région
- ▶ des infos sur le matériel
- ▶ ... et plus encore !

CAF GRENOBLE ISERE

SAISON 2018-2019

DESCENTE DE CANYON


SAISON 2018-2019


L'esprit Club Alpin


L'esprit Club Alpin

NOUS (RE)JOINDRE

 32 avenue Félix Viallet, 38000 Grenoble

 04 76 87 03 73

 info@cafgrenoble.com

 www.cafgrenoble.com



club alpin français
Grenoble Isère



club alpin français
Grenoble Isère

DESCENTE DE CANYON

La descente de canyon est une activité qui consiste à suivre le cheminement d'une rivière encaissée en parcourant son lit depuis l'amont.

NIVEAU REQUIS

La descente de canyon demande une bonne forme physique, un matériel adapté, la maîtrise de techniques spécifiques et la plus grande prudence. Le **CAF Grenoble Isère (CAFGI)** organise des sorties de tout niveau :

- ▶ de l'initiation (il suffit de savoir nager 50m) ...
- ▶ jusqu'aux sorties réservées aux plus expérimentés.

UN TERRAIN VARIÉ

Le pratiquant sera confronté, selon la nature du canyon, à de la marche, / des sauts, / des toboggans / et des descentes en rappel sur cordes.

NOS ENCADRANTS

La **sécurité** des sorties est assurée par des cadres **compétents, brevetés** et **spécialistes** de l'activité canyon.

- ▶ **Renan Bouis** / Moniteur canyon
- ▶ **Gilbert Djurakdjian** / Instructeur canyon
- ▶ **Olivier Doucet** / Initiateur canyon
- ▶ **Nicolas Ecarnot** / Moniteur canyon
- ▶ **Olivier Gola** / Instructeur canyon
- ▶ **Mathilde Hauser** / Instructrice canyon
- ▶ **Benoit Hogrel** / Initiateur canyon
- ▶ **Mayeul Kauffmann** / moniteur canyon
- ▶ **Bruno Many** / Moniteur canyon
- ▶ **Patrick Morganti** / Moniteur canyon
- ▶ **Jean-Louis Oliva** / Instructeur canyon
- ▶ **Dominique Prat** / Initiateur canyon
- ▶ **Jérôme Willemin** / Instructeur canyon

RESPONSABLE(S) D'ACTIVITÉ



Olivier Doucet



contact@expleaucafgrenoble.fr



NOTRE OBJECTIF

L'aspiration de l'équipe canyon du **CAF Grenoble Isère** est de **promouvoir** la pratique de la descente de canyon en tant qu'activité de **pleine nature** dans un souci de **protection et de respect de l'environnement**.

L'objectif affiché : **se faire plaisir en toute sécurité !!!**

LES SORTIES

Toutes les sorties sont annoncées via le site du **CAFGI** et/ou la liste de diffusion.

INITIATION

Des sorties initiations sont programmées tous les mois.

JOURNÉE ET WEEK-END

D'autres sorties (à la journée ou sur des week-ends) sont organisées pour les pratiquants, selon leur niveau et en fonction des conditions météo.

CURSUS DE FORMATION

Au travers de stages dispensés **chaque année**, vous pourrez **progresser** dans votre pratique selon le cursus suivant :

Débutant / Découvre le milieu aquatique et/ou vertical, apprivoise le matériel et apprend les techniques de progression propres à l'activité (technique du rappel notamment) sous l'œil bienveillant des encadrants.

Autonome / Maîtrise sa progression personnelle, commence à équiper (c'est à dire à installer des cordes pour la progression de l'équipe) etc, toujours sous le regard attentif d'un encadrant. Ce premier niveau est certifié par une « *Unité de Formation* » fédérale.

Initiateur / Moniteur / encadrant breveté, il possède les compétences pour assurer la sécurité du groupe tout au long de la descente.

PERFECTIONNEMENT

Vous pourrez également suivre des stages de perfectionnement dans des domaines **variés** : eau vive, grandes verticales ... et bien d'autres !