



NEWSLETTER

Si tu ne visualises pas cette lettre d'information, clique ici pour consulter la version en ligne - fév 2024

Ce printemps, faites le plein de sorties et de contests de grimpe !



Le printemps vous paraît encore trop loin ? N'ayez pas peur : dans cette newsletter, on va vous remonter le moral ! De la soirée "volume" que Grimpe 13 organise le 7 mars jusqu'aux sorties d'avril, chez nous et chez les clubs voisins, vous aurez de quoi remplir votre agenda printanier. Et si vous n'avez jamais grimpé à l'extérieur, c'est l'occasion de plonger dans la lecture de nos comptes rendus de sorties passées !

Les prochaines dates à ne pas louper : toutes les informations dans la newsletter

- . **1 mars** : contest adulte Roc14
- . **7 mars** : La soirée Volume de G13
- . **8 mars** : contest ados 2025 du club 4+ de Vitry sur Seine
- . **du 8 au 15 mars** : Sortie G13 grandes voies dans les gorges du Destel
- . **9 mars** : contest adultes RSCC Champigny
- . **15 mars** : sortie aménagement et réfection de circuits blocs par le collectif Bleau FSGT
- . **29 mars** : Le contest G13 au gymnase de Choisy

- . **5 avril** : Ouverture de nouvelles voies G13
- . **du 12 au 19 avril** : sortie en Croatie Roc14
- . **du 19 au 26 avril** : Sortie G13 escalade à Saint-Jeannet dans le sud
- . **du 17 au 24 mai** : Sortie G13 grandes voies en Oisans
- . **23 mai** : deuxième soirée Volume G13
- . **du 15 au 22 juin** : Sortie Vertical12 à Ailefroide

LA VIE DU CLUB

Le 7 mars, c'est la soirée "Volume" à G13 !

Une première soirée volume aura lieu le vendredi 7 mars à partir de 19h. Deux objectifs :

- grimper le plus de voies possibles en 2h30
- atteindre collectivement l'altitude d'un sommet des Alpes grâce au total des voies grimpées par tous les participants

Venez seule ou en binôme, des binômes seront formés en début de soirée ! Pour s'inscrire, c'est par [ici](#). **Une deuxième soirée "Volume" est prévue le vendredi 23 mai.**

Pensez à vous inscrire dans le tableau avant de venir au gymnase !

Il est désormais obligatoire de s'inscrire dans le tableau d'inscription du gymnase de Choisy avant de venir grimper. Vous pouvez le faire [sur ce lien](#).

Retour sur la vie des collectifs...

Le collectif animation

Le mercredi 29 janvier 2025 a eu lieu la réunion du [collectif animation](#) qui regroupe tous les collectifs et discute des sujets concernant l'activité du club. En voici [le compte-rendu](#) - bonne lecture !

Le collectif solidarités

Eléonore a organisé une [séance découverte de l'escalade pour une dizaine de personnes de l'association Entourage](#) le 7 février (19h-21h). [L'association Entourage](#) lutte contre la précarité et l'exclusion en développant des réseaux de soutien pour celles et ceux qui n'en ont plus.

Une [autre séance découverte](#) a aussi été organisée le samedi 15 février après-midi à des [membres de l'association de quartier Les amis de la bienvenue du 13ème](#). Cette association, située à la Butte aux cailles, propose notamment des cours de français à des personnes dont ce n'est pas la langue natale et des ateliers périscolaires voisine de grimpe 13 (avenue de Choisy), notamment des sans-papiers.

Appel à bénévoles - on est à la recherche de bénévoles pour :

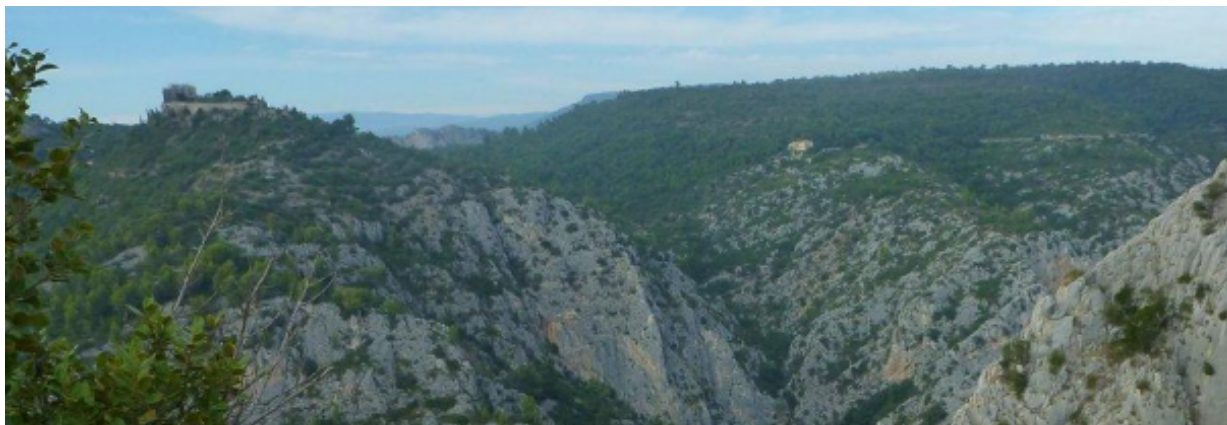
- la refonte du site internet de Grimpe 13
- des encadrants pour la séance enfants l'année prochaine (2025/2026)

Contactez le [bureau](#) pour en savoir davantage !

LES SORTIES A VENIR

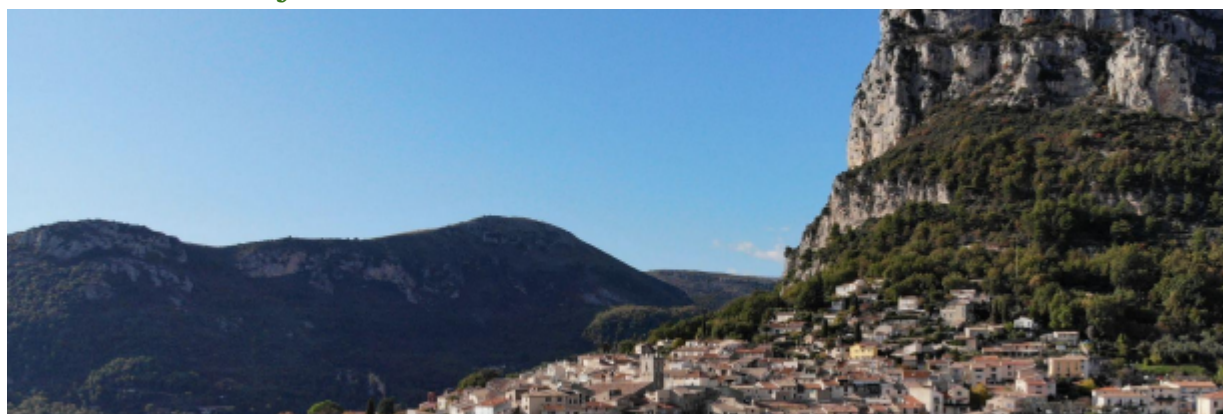
Sortie G13 grandes voies dans les gorges du Destel du 8 au 15 mars 2025 - COMPLET

[Bastien](#) et [Yuan](#) proposent une sortie grandes voies dans les gorges du Destel (près de Toulon).



On y trouve une centaine de grandes voies de tout niveau permettant aussi bien aux débutant.e.s de s'initier à la falaise qu'aux autonomes de se faire plaisir. Il y a également quelques secteurs de couennes et de très belles randonnées à faire pour ceux ou celles qui le souhaitent. Plus d'informations sur l'[affiche dédiée](#).

Sortie G13 à Saint-Jeannet du 19 au 26 avril 2025 - COMPLET



[Bastien](#) et [Céline](#) vous proposent une sortie escalade à Saint Jeannet près de Nice (Alpes Maritimes). On y trouve un grand nombre de couennes permettant aussi bien aux débutants de s'initier à la falaise qu'aux autonomes de se faire plaisir (tous niveaux du 3 au 8 et de tout type dièdre, dévers, dalle, vertical). Il y a également plusieurs grandes voies pour expérimentés. Plus d'information sur [l'affiche dédiée](#).

Sortie G13 grandes voies en Oisans du 17 au 24 Mai 2025 - COMPLET



[Céline](#), [Hubert](#) et [Matthieu](#) proposent un séjour grandes voies en Oisans (sites de Chamrousse et Matheysine). On y trouve des grandes voies de tout niveau (3 au 7), tantôt courtes, tantôt longues, avec pas mal d'ambiance. Un petit avant goût d'Ailefroide avant

l'heure ! La sortie est ouverte aux grimpeurs de tout niveau : débutant ou autonomes en grande voies (prérequis : autonomie ou plusieurs expériences en couenne). Toutes les infos sont dans [cette affiche](#).

LES RÉCITS DES SORTIES

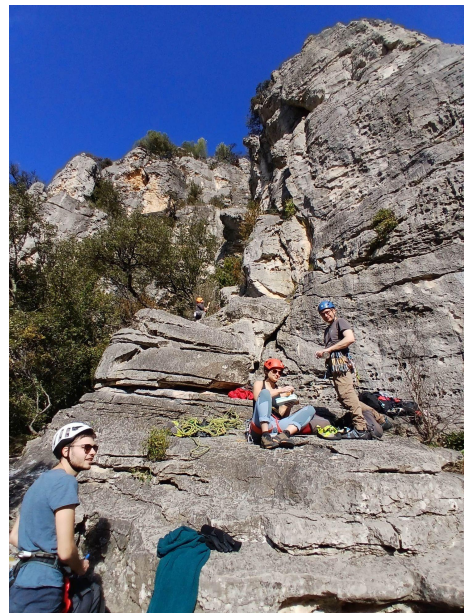
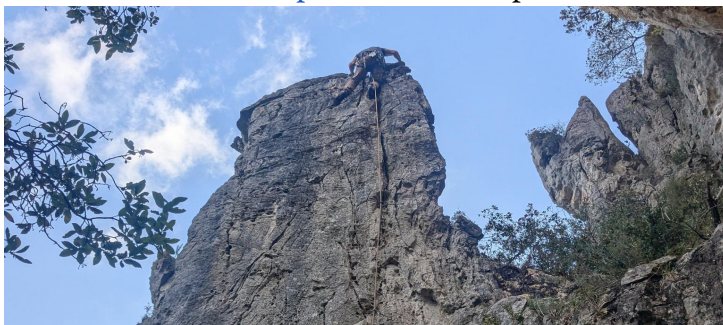
Cap sur les calanques marseillaises...

Les oiseaux sont-ils heureux de migrer ? On n'en sait rien. Mais ce qui est certain, c'est que les grimpeurs qui sont partis à Marseille du 24 au 26 janvier, sont tous revenus de cette sortie G13 avec un immense sourire et du soleil dans l'âme. Le compte rendu écrit par Philippe, est à lire [par ici](#) !



... en passant par la Provence verte !

Pour s'échapper un peu de la grisaille parisienne, à la fin du mois de janvier un petit groupe de grimpeurs guidés par Céline et Matthieu, est parti prendre le soleil sur les falaises en Provence Verte. Suivez leurs aventures dans [ce compte rendu](#) écrit par Charlotte !



Que se passe-t-il, chez les voisins ?

Les contests - Si la soirée "Volume" du 7 mars à G13 ne vous suffit pas, plusieurs soirées de grimpe et contests sont organisés par les voisins au mois de mars ! A vos agendas :



Le 1er mars : Roc14 organise son **contest Adulte**, comptant pour le challenge Adulte FSGT Ile de France, à partir de 12h pour une grimpe de 13h à 17h. Inscriptions (à partir de 16 ans) par ici : [Skala3ma](#)



Le 8 mars : Le club 4+ de Vitry sur Seine organise son étape du **contest ados 2025** le samedi 8 Mars 2025. Compte tenu de la taille de la salle, seuls 20 ados pourront être présents. Inscriptions [à ce lien](#).



Le 9 mars : RSCC Champigny organise son **contest adultes** . plus de 50 voies et 14 blocs, et oui cette année on s'est fait un pari de faire le premier contest en combiné de la fsgt ! Un buffet participatif sera mis en place durant tout l'événement - boissons et croissants ouverts. Vous pourrez également récupérer pour vos clubs de nombreuses prises d'escalade gratuitement. Inscriptions [à ce lien](#).

La sortie "aménagement et réfection de circuits blocs" à Fontainebleau le 15 mars

Le collectif Bleau propose une seconde session d'aménagement et réfection de circuits blocs (report de la session prévue originellement le 8 février) qui est ouverte aux grimpeurs et grimpeuses qui souhaitent se former à l'entretien et à l'ouverture de circuits blocs. Vous pouvez vous inscrire [à ce lien](#). N'hésitez pas à contacter le collectif Bleau si vous avez des questions, par mail (collectif-blo@listes.montagne.fsgt.org) ou [via le forum](#) !

Il reste encore de places pour....

👉 **La sortie organisée par Vertical 12 dans les Dentelles du 13 au 17 avril** - vous pouvez vous inscrire [à ce lien](#) !

👉 **La sortie escalade en Croatie que Roc14 organise du 12 au 19 avril** (non subventionnée) : vous pouvez vous inscrire [à ce lien](#) ou contacter pour plus d'informations : ccartier4@gmail.com

👉 **La sortie Vertical12 à Ailefroide du 15 au 22 juin** : toutes les informations se trouvent [à ce lien](#) !

Vous pouvez donner un coup de main....

💙 **à l'ACBobigny** - Après quelques années difficiles, le mur au gymnase Makowski aurait bien besoin d'un gros "coup de neuf" : l'ACBobigny lance donc un appel à l'aide à tou.te.s les ouvrier.euse.s motivé.e.s pour leur donner un coup de main !

Rendez-vous les samedi 22 et 29 mars, à partir de 10h (d'autres dates à venir en avril). Pour participer ou avoir plus d'informations vous pouvez écrire à : escaladeacb@gmail.com

💙 **au collectif Solidarité du Rassemblement Hivernal de la FSGT montagne escalade**, qui se tient cette année du 8 au 16 mars 2025 dans le Briançonnais. Depuis plusieurs années, lors du Rassemblement Hivernal ou estival, la FSGT essaye de ne pas être seulement dans un tourisme de la Montagne mais également de sensibiliser et d'apporter avec humilité du soutien aux associations de la région et plus particulièrement

à celles qui accompagnent et accueillent les personnes en situation d'exil qui traversent la frontière italienne.

C'est pour cette raison le collectif Solidarité du Rassemblement propose **une collecte de dons physiques** à destination de deux de ces associations : [Les Refuges Solidaires](#) et [Eko](#). Pour contribuer, en savoir plus ou consulter la liste des choses dont les associations ont surtout besoin c'est par [ici](#).



LES TRUCS ET ASTUCES

Depuis septembre 2023, une réduction de 15% est offerte aux adhérents de Grimpe 13 lors de leurs achats au Vieux campeur ! Grâce à un accord passé par les clubs avec la boutique, il suffit de montrer votre licence FSGT prouvant votre adhésion à Grimpe 13 pour en bénéficier. Elle est pas belle, la vie ?



Pour changer de mur et grimper chez les voisins des autres clubs d'escalade, vous pouvez consulter le document suivant qui vous donne les créneaux ouverts aux clubs voisins : ["Grimper chez les voisins"](#). N'oubliez pas votre licence G13 !



BON à SAVOIR

Il existe 3 groupes Signal (sur mobile) pour communiquer entre membres :

👉 **Mur de Choisy** pour partager tout ce qui touche à la vie du mur : [inscription](#)

👉 **Séances encadrées "progression"** du mardi soir : [lien pour s'inscrire](#)

👉 **Grimper chez les voisins** : si tu souhaites rejoindre le groupe, utilise [ce lien](#) ! Si tu rencontres un problème, envoie un mail au bureau (bureau.g13@gmail.com).

Le règlement intérieur de G13 : [ici](#)

La Foire aux Questions : la [FAQ](#) est toujours là pour découvrir et/ou garder en mémoire toutes les potentialités de ton club !

A qui écrire pour ...? Pas toujours aisé de savoir à qui s'adresser lorsqu'on recherche un renseignement ou que l'on souhaite s'investir dans l'une des initiatives du club... Les réponses sont [ici](#).

Informations sur les contrats d'assurance et la conduite à tenir en cas d'accident

Pour information, toutes les personnes licenciées à grimpe 13 ont souscrit à un contrat d'assurance. En cas d'accident, la conduite à tenir dépend de la gravité de l'accident. Pour un accident grave, il faut appeler le 112, prévenir le gardien et envoyer une personne attendre les pompiers à l'extérieur du gymnase. En cas de bobo, il y a la trousse à pharmacie dans le local. Vous avez ensuite officiellement cinq jours pour faire votre déclaration d'accident en ligne. Plus d'infos [ici](#) et [mémo](#) à avoir en tête. N'oubliez pas non plus de prévenir le [bureau](#) !



Tu ne connais personne à G13 avec qui grimper ?

Aucun souci : viens au mur rencontrer d'autres grimpeurs ! Un binôme déjà formé pourra t'intégrer à son groupe ! Et bien sûr, n'hésite pas à l'inverse à proposer aux personnes seules de venir grimper avec ton binôme.

Tu veux inviter un-e non-adhérent-e à venir grimper sur le mur de Choisy ? Écris à decouverte@grimpe13.org en indiquant le jour de la grimpe (au moins 4 jours à l'avance), le nom, le prénom et la date de naissance de ton ami(e). Le collectif Découverte te donne rendez-vous pour te remettre la licence de ton invité, d'un coût de 4€ (permettant à la personne qui t'accompagne d'être assurée lors de votre session de grimpe).

Bonne grimpe !

Le collectif communication (communication.grimpe13@gmail.com)
(et n'hésite pas à nous écrire si tu as des news à partager !)