



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

LES JOURS RALLONGENT... ET AVEC EUX LE PLAISIR DE PASSER PLUS DE TEMPS À GRIMPER !

*Comme le dicton le dit, en avril ne te découvre pas d'un fil, en mai fais ce qu'il te plaît - après avoir fêté les 25 ans de Grimpe13 en mars, on continue de faire ce qu'on aime le plus : grimper. Les propositions de sorties se multiplient à l'instar des beaux jours... enfin pas tout à fait, mais la motivation et l'optimisme sont là. **De l'Ile de France à la Provence, en passant par la Bretagne, le Caroux et la Bourgogne...** il y a de quoi remplir vos agendas jusqu'à l'été - on vous donne tous les détails ci-dessous. **Et marquez bien la date du 13 juin** : l'assemblée générale de G13 débutera à 19h, le lieu sera annoncé prochainement !*

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

. du 26 avril au 1er mai : Sortie G13 à Buis-Les-Baronnies dans la Drôme
. du 1er au 6 mai : Sortie Le Mur / OnzeC+ à Orpierre
. du 4 au 11 mai : Sortie G13 "Grandes Voies et Couennes au Baou de Saint Jeannet"
. du 9 au 13 mai : Sortie interclub Grimp6 en Ardèche
. 5 mai : Sortie G13 Couenne à Vertus pour les ados de la séance du jeudi
. du 8 au 12 mai : Sortie Roc14 à Angles sur l'Anglin

. du 18 au 21 mai : Fête des falaises à Hauteroche
. du 23 au 26 mai : Sortie G13 à Pen Hir
. les 8 et 9 juin : Sortie G13-C13 à Hauteroche
. du 31 mai au 2 juin : Sortie G13 à Vieux-Château (Bourgogne)
. du 8 au 13 juillet : Initiation-Découverte + formation BFA Via Ferrata de la FSGT
. du 21 au 27 juillet : Sortie Cimes19 à Céüse
. du 27 juillet au 3 août : Rassemblement d'été G13 à Ailefroide

LA VIE DU CLUB

Le contest Grimpe13 en chiffres et images 🏆

Salle comble pour le premier Contest organisé par Grimpe 13, qui a eu lieu dans l'après-midi du 16 mars ! Ce fut l'occasion de redécouvrir ce mur pour de nombreux participant.es : 64 voies, 47 compétiteurs (dont 40,4% de femmes, G13 établit un nouveau record !). Une bien belle première édition à renouveler : **bravo à toutes et à tous, et notamment à Eléonore, Raphaël et Justine, qui sont arrivés en tête de plusieurs challenges !** Consulter le tableau des résultats du Contest [ici](#).



Les enfants de Grimpe13 ont brillé dans la prise d'or !

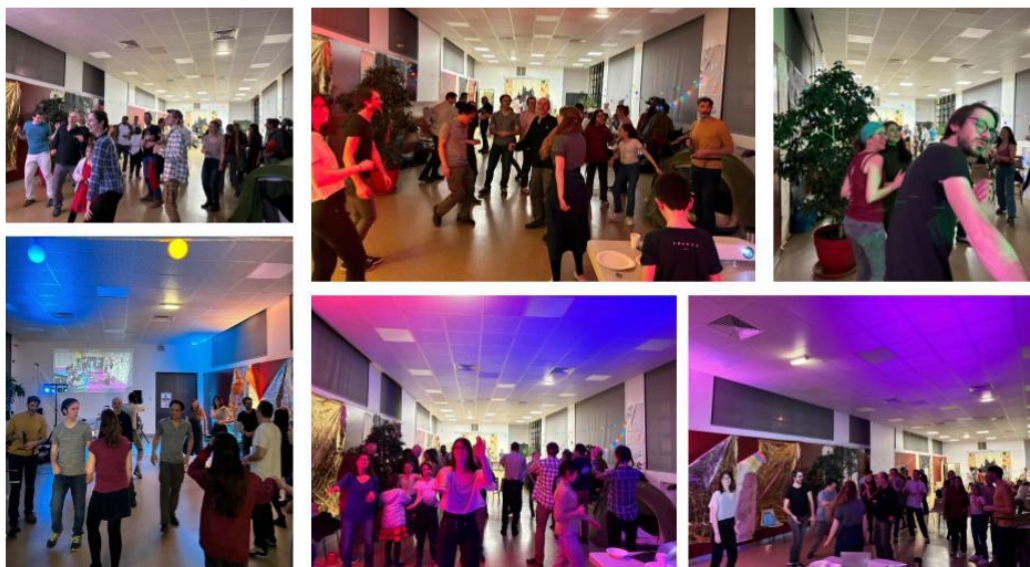


Le même jour du contest organisé à Grimpe13, les enfants de Grimpe13 ont tout donné lors de la prise d'or organisée par Roc14 et ils ont terminé second de l'épreuve du relais (ils étaient clairement les meilleurs, mais ils avaient le soleil dans l'oeil). Mais peu importe ! Ils ont vraiment assuré et sont tout simplement spectaculaires sur l'escalade de vitesse. Dans la première partie de la prise d'or, sur des épreuves plus individuelles, Emy et Alice ont

respectivement fait première et deuxième avec leur trinôme !!! Au final, tout le monde a passé un bon moment et remercie Roc14 pour l'organisation !

Retour sur la soirée des 25 ans de G13 🎂

Et après l'effort, le réconfort ! Le 16 mars dernier les membres du club - vieux et nouveaux, grands et petits - se sont réunis après le contest à Ivry-sur-Seine pour fêter le quart de siècle de Grimpe13 autour de plats délicieux et d'une playlist qui a traversé les âges et les styles. Voici quelques rares photos de grimpeurs en train de danser au rythme de tubes pop, rock, électro et d'incontournables de la chanson française !



Nouvelles voies !

Depuis le 30 mars de nouvelles voies sont apparues sur les murs : **du 5a au 7a** il y en a pour tous les goûts et toutes les envies. Pour ceux ayant découvert l'escalade en septembre de quoi découvrir de nouvelles sensations et pour les autres de quoi se challenger quand le temps ne se prête pas aux falaises. **A vous de jouer !**



LES FORMATIONS À VENIR

Le collectif formation IdF organise :

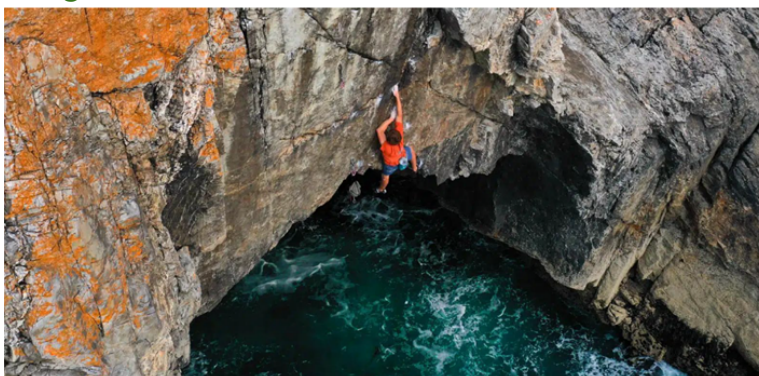
- deux sorties apprenantes à Ailefroide (Hautes Alpes) "initiation et perfectionnement accompagné aux grandes voies" du 22 juin au 29 juin et du 31 août au 7 septembre 2024. Séjours pour 20 participants : 10 grimpeurs autonomes et 10 grimpeurs débutants (ou souhaitant être accompagnés). Plus information dans [cette affiche](#).

- un stage d'initiateur fédéral FSGT grandes voies du lundi 8 juillet au lundi 15 juillet 2024. Plus d'informations [ici](#).

La FSGT organise une initiation et découverte + formation BFA Via Ferrata à Freissinières du 8 au 13 juillet 2024. Plus d'informations et contacts dans [cette affiche](#).

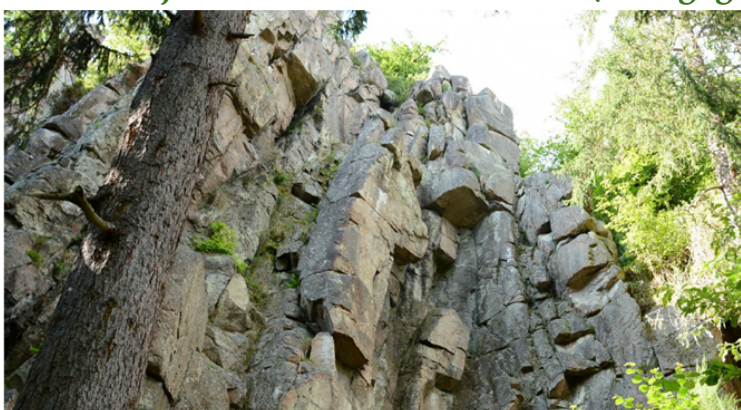
LES SORTIES À VENIR

Sortie G13 en Bretagne du 23 au 26 mai 2024 à Pen Hir - **COMPLET**



En mai, il fera déjà chaud, alors cette fois on ne prend pas la direction du Sud mais de la Bretagne où il fait toujours bon quand il fait trop chaud ailleurs ! Nous vous proposons une sortie escalade à Pen-Hir du 23 au 26 mai. L'escalade à Pen-Hir, c'est le terrain de jeu idéal pour découvrir la falaise ou gagner en autonomie : voies dans tous les niveaux et aux styles variés. La sortie est ouverte à tous, débutants comme confirmés. Des formations aux manips de corde (pose de moulinette, descente en rappel) pourront être dispensées le cas échéant. Plus d'infos [dans l'affiche](#) ! [Céline](#), [Bastien](#) et [Matthieu](#).

Sortie G13 du 31 mai au 2 juin 2024 à Vieux-Château (Bourgogne) - **COMPLET**



Vieux-Château est un beau site plutôt ombragé situé le long d'une rivière. Le rocher est de qualité et l'équipement assez généreux : idéal pour une première sortie falaise (mais pas seulement !). Les formations nécessaires et l'accompagnement seront assurés pour les moins aguerris. Plus d'information dans [cette affiche](#).

À bientôt et bonne grimpe ! Anaïs et Bastien

Sortie G13 et C13 à Hauteroche les 8 et 9 juin



Comme l'an dernier G13 et C13 organisent une sortie commune à Hauteroche en Bourgogne. Oui, c'est le jour des élections, mais c'est le seul we où il va faire beau 😊 Il faut donc prévoir un retour tôt sur Paris ou de faire une procuration.

C'est ouvert aux débutant.e.s. On dort au bivouac de Hauteroche à 10 minutes de la falaise et on fera un repas BBQ commun le samedi soir ! Cela ne coûte donc que le transport en covoiturage ou train + vélo.

Plus d'info [sur cette affiche](#) et [inscriptions à ce lien](#) !

Rassemblement d'été G13 au camping d'Ailefroide du samedi 27 juillet au 3 août 2024

Amis grimpeurs, nous vous proposons un rassemblement au camping d'Ailefroide pour découvrir l'un des paradis des Ecrins (massif des Alpes) et de la grande voie en escalade. Ce rassemblement est ouvert à tous ceux qui ont déjà une expérience de la falaise, dans la limite du matériel disponible.

Débutants en Grande Voie bienvenus. Niveau 5B+ en falaise requis.

Plus d'infos [sur cette affiche](#). A bientôt au pied des parois, Anne et Hubert



LES RÉCITS - Sortie Tautavel/ Opoul

Retour sur la sortie Tautavel/Opoul du 29 février au 4 mars

Parcourez les 5 jours hors du temps de 10 équipiers motivés, qui ont fini par conquérir les falaises des Corbières - les membres et les doigts endoloris, certes, mais le cœur plein !

[Lire le récit écrit par Paul.](#)



Retour en images sur la sortie à Fontainebleau du 21 avril 2024 : du bloc, de la pluie et de beaux paysages !



ET AUSSI... CHEZ LES VOISINS !

à consulter aussi : le mail hebdo sur les activités IDF, plus complet

- **Le Mur et OnzeC+** organisent une sortie à Orpierre **du 1er au 6 mai 2024**. Débutants.es bienvenues ! Départ en train de Paris et camping à prévoir, il reste encore pas mal de places, vous pouvez vous inscrire dans [ce tableau](#).
- **Roc14** propose du **8 au 12 mai 2024** une sortie à Angles sur l'Anglin, dans la Vienne, pour 12 grimpeurs. La sortie est ouverte à tous les grimpeurs autonomes. Pour se faire plaisir, l'idéal est de pouvoir grimper dans le 5c falaise au moins. Sortie en covoiturage et camping - formulaire [ici](#).

- **L'association Hauteroche Découverte** fête ses 20 ans et organise le repas de la fête des falaises, qui aura lieu **le samedi 18 mai 2024**. Retrouvez tous les détails pour s'inscrire dans [cette affiche](#) et [un lien pour organiser le covoiturage](#).
Et le nouveau topo 2023 est toujours disponible en version papier ou [en numérique](#) pour ceux qui ne l'ont pas encore !
- **11C+** vient de créer [sa section randonnée](#) ! Si tu es intéressé.e par le projet, si des ami.es à toi sont intéressé.es, merci de nous contacter directement sur inscriptions-rando@onzecplus.org pour d'ors et déjà t'inscrire à la section randonnée et participer à cette folle aventure. Pour la procédure d'inscription, voir [ici](#).
- **Cimes19** organise une sortie falaise à Céüse **du 21 au 27 juillet 2024** : il reste 4 places ouvertes aux voisins. Vous trouverez les informations sur [le forum interclub](#).
- Une place vient de se libérer pour sortie interclub organisée par **Grimpo6** en Ardèche **du 9 au 13 mai**. C'est une sortie couenne ouverte à toutes les personnes ayant leur licence FSG en camping. A/R en train de Paris et location des voitures sur place à Montélimar. La sortie est à prix libre (sauf pour les billets de train+logement). Pour toutes questions/intérêts n'hésitez pas à contacter : Hanbi (hbleek@hotmail.com)

LES TRUCS ET ASTUCES DES GRIMPETREIZIEN.NES

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 !



Pour communiquer sur les dates, les séances ou pour rapporter des petits faits (prise cassée, oubli de matériel, etc.), un magnifique tableau d'information est disponible au gymnase.

Merci de le sortir du local à matériel en même temps que le chariot à cordes, et de le rentrer dans le local après chaque séance, en le plaçant si possible derrière le chariot.

RAPPELS ET INFORMATIONS UTILES

Le Groupe Signal (sur mobile) pour communiquer entre membres : [inscription](#)

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](#) !

Bonne grimpe !

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