

# NEWSLETTER

Si tu ne visualises pas cette lettre d'information, clique [ici](#) pour consulter la version en ligne - février 2026

## En février, fais le plein de sorties !

Ça y est, la nouvelle année est là, pleine de galettes des rois et de grisaille ! Quel meilleur contexte pour venir grimper au gymnase... et manger plus de parts de galette ? (coucou la séance progression !) Par ailleurs, le retour des beaux jours approche... et les membres du collectif sorties vous concoctent un ensemble de sorties pour faire le plein de soleil et d'aventures. Lisez la suite pour en savoir plus, très bonne année à toutes et à bientôt au mur !



La galette des rois de la séance progression, le 6 janvier. N'hésitez pas à nous rejoindre ! Pour cela, il faut vous inscrire sur [ce tableau](#).

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

- **7 février** : Dansescalade à G13
- **14 février** : rencontre amicale d'escalade au club Ivry Montagne Escalade
- **15 février** : session grimpe "Solidarité"
- **28 février** : contest amical organisé à Grimpel3
- **28 février** : changement de voies - gymnase des Lilas
- **du 28 février au 7 mars** : séjour GTD dans les Alpilles
- **du 28 février au 15 mars** : rassemblement hivernal FSCT 2026
- **à partir du 4 mars** : Formations manips de corde G13
- **14 au 17 mars** : Sortie G13 grande voie dans les Calanques
- **21 mars** : ouverture de voies à Grimpel3
- **27 mars** : soirée volume à G13
- **du 27 au 29 mars** : Assemblée Nationale de l'activité Montagne et escalade
- **du 1er au 8 avril** : Sortie grandes voies G13 et Cimes19 à Presles
- **25 avril au 2 mai** : Sortie G13 escalade en Ariège
- **du 1er au 3 mai** : Sortie G13 vélo-escalade à Clécy
- **du 8 au 16 mai** : Sortie G13 dans dans les Gorges de la Jonte

## La vie du club

👉 La Dansescalade continue **samedi 7 février** de 12h à 14h. Comme d'habitude nous commencerons par un échauffement au sol puis nous investirons progressivement le mur. Pour la deuxième séance, selon le nombre de participant.es nous nous installerons sur les voies de la porte centrale à la 17.

👉 Le **28 février 2026**, Grimpel3 organise son **contest amical**, et invite les clubs voisins à découvrir son mur. Nous recrutons des volontaires pour aider à l'organisation de l'événement.

👉 Le **samedi 21 mars** sera consacré à l'ouverture de nouvelles voies. Attention : la grimppe libre est impossible ce jour-là.

👉 Une nouvelle édition de la **soirée volume** sera organisée le **27 mars**. Le temps d'une soirée, les grimpeur.euse.s doivent faire un maximum de voies par binôme, le tout dans une ambiance festive !

👉 La dernière réunion du collectif animation a eu lieu le **24 novembre** dernier. Ont été abordés la création d'un collectif VSS, l'assemblée nationale des clubs FSCT d'escalade, le contest amical de février et l'organisation de la prochaine soirée volume. Le compte-rendu est disponible intégralement [ici](#).

👉 Pour tous les événements qui ont lieu à Grimpel3, n'hésitez pas à jeter un coup d'œil sur le [tout nouveau site du club](#) qui est régulièrement mis à jour !

## Le mur de Choisy

👉 Formations manips de corde débutants/faux débutants falaise (couenne et grandes voies)

A partir du 4 mars, le collectif formation organise un cycle de formation sur les manips à connaître pour grimper en falaise. Il y a des formations pour débutants et des formations avancées.

Inscriptions sur [le tableau dédié à cet effet](#) !

Je m'inscris aux formations !

Le 21 janvier a eu lieu la **soirée de vérification du matériel**. Beaucoup de membres ont répondu à l'appel pour cet événement important : **un grand merci à toutes pour votre implication** ! Cette vérification annuelle permettant de garantir la sécurité des EPI est obligatoire pour la grimppe au gymnase ou en falaise.

👉 Pour rappel un dimanche matin sur deux a lieu la **baby grimp** de 10h à 11h30 au gymnase. La prochaine séance sera le **8 février**

👉 Depuis le 10 janvier, un samedi midi sur deux, hors vacances scolaires de 12h00 à 14h00, c'est la **dansescalade** ! La prochaine séance aura lieu le **7 février**.

Adresse du gymnase

Chez nous (chez toi !), c'est le gymnase de Choisy :

4 avenue de Choisy, Paris 13.

(arrêt tramway T3a / métro ligne 7 : Porte de Choisy)

N'oublie pas de t'inscrire [le tableau d'inscription au Gymnase de Choisy](#) avant de venir grimper !

Cela vaut aussi pour la séance progression du mardi soir.

Horaires :

lundi 18h-22h15 mardi 18h-20h mercredi 20h-22h jeudi 18h-22h15 vendredi 18h-20h

ouvert aux seules personnes qui ont réservé

👉 Bon à savoir : les groupes Signal pour rester en contact !

Il existe trois groupes sur la messagerie Signal afin de pouvoir communiquer directement avec d'autres grimpetreizien.e.s :

• **Grimper à Choisy** : pour partager tout ce qui touche à la vie du mur (modifications des horaires d'ouverture et de fermeture, trouver un partenaire de grimppe...) - [lien pour s'inscrire](#)

• **Séances 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).

👉 Tu veux inviter un.e non-adhérent.e à venir grimper sur le mur de Choisy ?

Écris à [découverte@grimpel3.org](#) en indiquant le jour de la grimppe (au moins 4 jours à l'avance), le nom, le prénom et la date de naissance de ton amie. Le collectif Découverte te donne rendez-vous pour te remettre la licence de ton invitée, d'un coût de 4€ (permettant à la personne qui t'accompagne d'être assurée lors de votre session de grimppe).

## Appels à bénévoles !

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets :

• le premier, ouvrira à toutes et tous, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

• le deuxième, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

La première réunion du collectif est prévue courant mars.

Contactez Agathe pour en savoir plus.

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets :

• le premier, ouvrira à toutes et tous, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

• le deuxième, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

La première réunion du collectif est prévue courant mars.

Contactez Agathe pour en savoir plus.

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets :

• le premier, ouvrira à toutes et tous, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

• le deuxième, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

La première réunion du collectif est prévue courant mars.

Contactez Agathe pour en savoir plus.

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets :

• le premier, ouvrira à toutes et tous, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

• le deuxième, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

La première réunion du collectif est prévue courant mars.

Contactez Agathe pour en savoir plus.

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets :

• le premier, ouvrira à toutes et tous, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

• le deuxième, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

La première réunion du collectif est prévue courant mars.

Contactez Agathe pour en savoir plus.

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets :

• le premier, ouvrira à toutes et tous, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

• le deuxième, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

La première réunion du collectif est prévue courant mars.

Contactez Agathe pour en savoir plus.

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets :

• le premier, ouvrira à toutes et tous, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

• le deuxième, visé à communiquer, le deuxième visera à accueillir les personnes qui ont été victimes de violences et à les aider à venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

La première réunion du collectif est prévue courant mars.

Contactez Agathe pour en savoir plus.

👉 Session grimppe « Solidarité »

Le **dimanche 15 février** aura lieu la 18e session grimppe « Solidarité », gérée par le collectif Tremblay-Dégaine. Cela permet de venir grimper à l'escalade de venir pour une initiation ou deux sera possible de faire une partie de la voie pour aider les personnes qui n'ont pas de grimppe. Tous les bénévoles sont volontaires et bénévoles.

Vous pouvez la contacter si vous souhaitez plus d'infos ou vous joindre à elle !

Un collectif de prévention des violences sexistes et sexuelles (VSS) est en cours de création. Il sera constitué de deux volets