



Stage d'initiation à l'ESCALADE au GUMS

Du 3 septembre au 11 octobre 2026

Selon la météo, le calendrier du stage peut être modifié...

Le *Groupe Universitaire de Montagne et de Ski* est un club où l'on pratique les sports de montagne de plein air (escalade, ski de randonnée, alpinisme et randonnée). La section francilienne du GUMS, qui compte environ 350 adhérents, est ouverte à toutes et à tous et n'a d'universitaire que ses origines. Nous sommes affiliés à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne (FFCAM).

POUR QUI ?

Toute personne majeure qui souhaite s'initier à l'escalade dans un cadre naturel. Aucune expérience préalable n'est requise. **Seule condition** : être disponible pour les deux weekend falaise et un dimanche à Fontainebleau.

POUR FAIRE QUOI ?

Les **dimanches** (hors weekend falaise) nous irons en forêt de Fontainebleau pour l'apprentissage de l'escalade sur bloc. Les journées commenceront vers 9h pour se terminer vers 17h. Seule la journée du dimanche 20 septembre est obligatoire.

Les **week-ends** des **12-13 septembre** et des **3-4 octobre**, nous irons grimper sur des falaises normandes et bourguignonnes (hébergement en camping). Chaque sortie falaise sera préparée par une séance en salle artificielle à Paris.

Pot d'accueil le **jeudi 3 septembre 2026**
à partir de **19h30** à la permanence du GUMS

ET ENSUITE?

L'**adhésion au GUMS** vous permettra de vous perfectionner au contact de grimpeurs et d'alpinistes expérimentés. Vous pourrez **participer aux rassemblements escalade** organisés tout au long de l'année :

- chaque dimanche en forêt de **Fontainebleau** (covoiturage, RER-vélo)
- lors des sorties le **week-end en falaise ou montagne**, (covoiturage, train, car-couchette).
- pendant **les camps des vacances scolaires** (Toussaint, Noël, Pâques, été) en gîte ou en camping.

Des gumistes pratiquent également l'escalade en salle, à notre mur (Alice Milliat, 75014) le samedi ou dans diverses structures de la région parisienne.

Vous pourrez aussi découvrir et participer au cours de l'année aux autres activités du GUMS : **la randonnée, le ski de randonnée, la cascade de glace et l'alpinisme**. Découvrez toutes nos activités sur le site www.gumsparis.asso.fr

AVEC QUI ?

Des encadrants bénévoles certifiés FFCAM, assistés ponctuellement par d'autres membres expérimentés du GUMS.

MODALITÉS PRATIQUES

Prix : 100€, comprenant les frais de transports pour les sorties extérieures, les deux séances en salle artificielle à Paris et l'emprunt éventuel du matériel manquant. L'adhésion GUMS/FFCAM 2026-2027 (incluant l'assurance) est à régler séparément début septembre (~110 euros).

Inscription et infos par mail :

orga-stage@listes.gumsparis.asso.fr

Matériel : Il est recommandé aux stagiaires de s'acheter le matériel suivant :

- chaussons d'escalade (important !)
- baudrier
- mousqueton HMS + reverso

Et de manière moins prioritaire :

- 3 mousquetons
- 1 longes doubles
- 1 Casque.

Ces items pourront également être empruntés au club pour la durée du stage.



Photo : Nicolas M. (Normandie, stage initiation 2019)

ACCUEIL : les jeudis de 19h15 à 20h30 au 01 45 43 48 37 (sauf juillet-août)
à notre local « la perma » au 53 rue du Moulin Vert, 75014 Paris (métro Alésia)

www.gumsparis.asso.fr