

STAGE INITIATION ESCALADE

Septembre 2013

Par Blandine Danguy des Déserts (stagiaire débutante)

Nous pourrions résumer ces week-ends de septembre consacrés à l'initiation à l'escalade en trois mots : Découverte, dépassement de soi, émotion.

DÉCOUVERTE :

Découverte d'une association pleine de charme, de dynamisme, de motivation, où l'organisation et l'encadrement ont été remarquables. Découverte de lieux magiques proches de Paris (Fontainebleau, Normandie, Bourgogne). Découverte des « règles » de l'escalade en bloc avec paillasons, petits chiffons pour dépoussiérer ses chaussons, des mains encore inconnues qui nous touchent les fesses... tout cela avec un naturel déconcertant !

Mais aussi découverte des « règles » et du vocabulaire de l'escalade en falaise : dégaines, mousquetons, baudrier, descendeur, rappel (la liste serait trop longue si nous voulions être exhaustif !)

DÉPASSEMENT DE SOI :

L'escalade est un sport qui, au premier abord, est contre-intuitif. En effet, on nous explique que plus on met de poids sur un petit graton et plus ça tient... Mmmh c'est tellement évident !

Nous apprenons à avoir conscience du danger et des responsabilités quand on assure un grimpeur mais nous devons, à l'inverse, nous sentir en sécurité quand c'est à

notre tour de grimper et de nous lancer avec des prises dans des positions incongrues, voire inconnues !

Nous apprenons à faire confiance au matériel puisque la seule manière de comprendre les mécanismes du rappel c'est de se lancer dans le vide et de s'apercevoir que très naturellement nous descendons en douceur.

ÉMOTION :

Émotion quand on arrive en haut d'un bloc. c'est toujours une sensation de pur plaisir que d'y être arrivé, sensation d'autant plus forte que l'ascension est difficile ! Émotion quand on arrive en haut de la voie après avoir réussi à dépasser ses peurs. Émotion quand on se voit progresser : par la fluidité des mouvements, la lecture de la roche ou quand on arrive à passer au niveau supérieur de difficulté.

Émotion quand après une journée dense d'escalade nous nous retrouvons tous ensemble autour d'un feu de camp transformé en barbecue pour le dîner puis en feu de joie et d'échange pour la seconde partie de soirée.

En résumé, des week-ends riches en nouvelles rencontres, nouvelles sensations, nouveaux univers. Des week-ends qui nous ont permis de bénéficier d'encadrants ayant comme principale motivation nous faire partager leur passion. Merci à tous pour ces moments qui resteront dans nos mémoires !

RUBRIQUE MODE

Par Mireille Morineau

