



LE STAGE FONDAMENTAL

DESCRIPTIF :

Le stage fondamental s'adresse à ceux qui souhaitent apprendre le Tree Climbing pour avoir une pratique individuelle et autonome. Le Tree Climbing est un sport qui, du fait qu'il se déroule en hauteur, comporte des risques et nécessite un apprentissage sérieux et continu. Le stage fondamental est le stage commun à tous les Tree Climbers et permet d'acquérir les connaissances et les techniques de bases du Tree Climbing.

DUREE : 3 jours - en général du lundi 10h au mercredi 17h

AGE : à partir de 16 ans

TARIF : 390 € TTC/personne

Ce prix comprend :

- Le contenu du stage par un guide Tree Climber instructeur du lundi 10h au mercredi 14h
- Le repas du midi (box lunch) du lundi midi au mercredi midi
- La documentation technique et pédagogique lié au stage
- La location du matériel
- L'assurance multirisque

HEBERGEMENT ET RESTAURATION : Le prix du stage ne comprend pas l'hébergement, le petit-déjeuner et le repas du soir. Consulter notre sélection de gîte, de camping, d'hôtel et de restaurateurs à proximité de Saint Brisson.

ENCADREMENT : 1 guide Tree Climber pour 5 stagiaires maximum

LIEU : Ecole de Tree Climbing à Saint Brisson (58) – Nièvre - Parc naturel régional du Morvan



Tree Climbing France

Siège social – Paris Ile de France : 19, rue Godefroy – 92800 PUTEAUX - Tél. 01 47 76 00 26
Bourgogne Région Centre : Le bourg – 58700 MONTENOISON - Tél. 03 86 60 18 52

www.treeclimbing.fr





AFFAIRE A PREVOIR

Merci de porter et d'apporter dans la mesure du possible :

- Des chaussures de marche ou de randonnée
- Une tenue sportive et adaptée à la météo du jour
- Casquettes, bonnet et chouchous pour attacher les cheveux longs
- Cordons pour sécuriser les lunettes
- Une bouteille d'eau
- Stylos, cahier ou carnet de notes

INFORMATIONS ET RESERVATIONS

TCF - Tree Climbing France

Siège social – Paris Ile de France :

19, rue Godefroy – 92800 PUTEAUX - Tél. 01 47 76 00 26

Bourgogne Région Centre :

Le bourg – 58700 MONTENOISON - Tél. 03 86 60 18 52

m@il: info@treeclimbing.fr ou notre page contact de www.treeclimbing.fr



Tree Climbing France

Siège social – Paris Ile de France : 19, rue Godefroy – 92800 PUTEAUX - Tél. 01 47 76 00 26

Bourgogne Région Centre : Le bourg – 58700 MONTENOISON - Tél. 03 86 60 18 52

www.treeclimbing.fr





PROGRAMME ET CONTENU :

1 – LE MATERIEL

- Les harnais
- Les mousquetons
- Les cordes
- Les longes
- Les casques
- Les sacs à lancer
- Les Rope sleeves

Présentation et utilisation des équipements

Rangement et vérification

2 – LES NŒUDS, CONFECTION ET UTILISATION

- Le double huit
- Le double pêcheur
- Le black knot
- Le prussik
- Le cabestan gansé

3 – TECHNIQUES

- La technique de grimpe en alternance
- La technique de grimpe sur corde
- La technique du déplacement (le grappin, le monkey fist)
- Le choix des ancrages
- Le lancer des petits sacs

4 – ENSEIGNEMENTS GENERAUX

- Les gestes d'échauffement
- Sécurité, consignes et vocabulaire
- Les programmes d'autoévaluation

5- CONNAISSANCE DES ARBRES



Tree Climbing France

Siège social – Paris Ile de France : 19, rue Godefroy – 92800 PUTEAUX - Tél. 01 47 76 00 26

Bourgogne Région Centre : Le bourg – 58700 MONTENOISON - Tél. 03 86 60 18 52

www.treeclimbing.fr





- Reconnaissance des espèces
- Prévention des risques
- Diagnostic visuel

	1 ^{ER} JOUR	2 ^{ème} JOUR	3 ^{ème} JOUR
MATIN 9H00 A 13H00	<p>Présentation du matériel</p> <p>Présentation et utilisation des équipements</p> <p>Gestes et échauffements</p> <p>La technique de grimpe en alternance</p>	<p>Connaissance des arbres</p> <p>Reconnaissance des espèces</p> <p>Prévention des risques</p> <p>Diagnostic visuel</p> <p>consignes et vocabulaire</p> <p>Grimpe autonome</p>	<p>Grimpe autonome et techniques de déplacement.</p> <p>Mise en pratique de l'auto-évaluation</p>
APRES-MIDI 14H00 A 18H00	<p>Les nœuds, confection et utilisation</p> <p>Le choix des ancrages</p> <p>Le lancer des petits sacs</p> <p>La technique de grimpe sur corde</p>	<p>La technique du déplacement (le grappin, le monkey fist)</p> <p>L'auto-évaluation</p>	<p>Tests pratique et écrit</p> <p>Obtention du 1^{er} niveau</p> <p>Essai de matériel, conseils et vente.</p> <p>Fin du stage à 17h</p>



Tree Climbing France

Siège social – Paris Ile de France : 19, rue Godefroy – 92800 PUTEAUX - Tél. 01 47 76 00 26

Bourgogne Région Centre : Le bourg – 58700 MONTENOISON - Tél. 03 86 60 18 52

www.treeclimbing.fr

