

SAISON 2024/2025 – LE HAVRE ESCALADE

Créneaux sur le mur du lycée Lavoisier :	
5-7 ans	☐ Mercredi 15h-16h.
8-9 ans	☐ Mercredi 16h-17h
10-12 ans	☐ Jeudi 17h30-19h
12-14 ans	☐ Mercredi 17h-18h30
14-17ans	☐ Jeudi 19h-20h30
Adultes	☐ Mercredi 19h-21h
Para-escalade	☐ Lundi 18h-19h30 (pour les enfants à partir de 5ans)
Séances libres	Mardi 18h-21h30

Créneaux sur le mur du pôle Simone Veil :					
3-5ans	☐ Mercredi 10h30-11h30.			☐ Samedi 9h30-10h30	
5-7ans	☐ Mercredi 11h30-12h30			☐ Samedi 10h30-11h30.	
8-9ans	☐ Mercredi 13h30-14h30			☐ Samedi 11h30-12h30	
10-12ans	☐ Mardi 17h30-19h			☐ Mercredi 14h30-16h	
12-14ans	☐ Mercredi 16h30-18h.			☐ Vendredi 18h-19h30	
14-17ans	☐ Mercredi 18-19h30			☐ Vendredi 19h30-21h	
Adultes	☐ Mardi 19h-21h				
Séances libres	☐ Lundi 12h15-13h45	☐ Mardi 12h15 – 13h45	☐ Mercredi 18h30-22h	☐ Jeudi 19h-22h	☐ Samedi 16h-19h

Pour les groupes **PERFORMANCE**, les personnes susceptibles de l'intégrer ont déjà été contactées par les moniteurs. Si vous n'avez pas été contacté et que vous souhaitez intégrer l'un des groupes, merci d'envoyer un mail à julietterichou@lehavre-escalade.fr, nous étudierons votre candidature. Les groupes performance seront encadrés par Martin.

Groupe PERFORMANCE (U10 à U14)	☐ Mardi 17h30-19h + ☐ Jeudi 17h30 – 19h	Le groupe performance vise à proposer des entraînements planifiés en fonction de la saison de compétition. Les 3 disciplines de l'escalade y seront abordées. En cas de forte demande, nous sélectionnerons les jeunes selon leur niveau et leur investissement.
Groupe PERFORMANCE (U16 à U20)	☐ Mardi 19h-21h + ☐ Jeudi 19h-21h	