

Fédération Royale Marocaine de Ski et Montagne



RAPPORT DU STAGE D'ESCALADE SUR S.A.E C.A.F.CASA ORGANISE PAR LA F.R.M.S.M DU 4 AU 08/04/2017

Conformément à son Calendrier Sportif d'Escalade pour la Saison 2016/2017 la F.R.M.S.M a organisé un Stage d'Escalade sur Site Artificiel (S.A.E) du C.A.F CASA pour les grimpeurs de 2^{ème} pôle suivant la nouvelle répartition des vacances au Maroc et cela du 04/04/17 au 08/04/2017.

Ci-dessous le Programme et les bénéficiés de ce Stage.

DATE	PROGRAMME
04/04/2017	<ul style="list-style-type: none">▪ 19h00 : Arrivée et installation des Stagiaires au Complexe Sportif BOURGOGNE (IDEAL)▪ 20h30 : Diner
05/04/2017	<ul style="list-style-type: none">▪ 7h30: Réveil▪ 8h15 : Petit Déjeuner▪ 9h15 : Transfert des Grimpeurs au Site d'Escalade▪ 10h00 : Echauffement des athlètes<ul style="list-style-type: none">- Explication des buts du Stage- Mise en place des Cordes après vérification- Réalisation des tests pour déterminer les divers niveaux des grimpeurs.- Formations des ateliers du Travail :<ul style="list-style-type: none">* Formation des Binômes (Grimpe en moulinette) chez les confirmés.* Perfectionnement de la Moulinette chez d'autres* Assistance des non confirmés en Assurance et correction des défauts techniques observés pendant l'Ascension après retour au sol.▪ 13h30 : Pause Méridienne (Sandwichs servis sur place)▪ 14h30 : Reprise des entrainements▪ 17h00 : Fin des entrainements et Retour au centre▪ 20h30 : Diner
06/04/2017	<ul style="list-style-type: none">▪ 7h30 : Réveil et travail de la condition Physique sur le Terrain du centre.▪ 8h30 : Petit Déjeuner▪ 9h30 : Cours Théorique sur l'Escalade (S.A.E non disponible cette matinée) :<ul style="list-style-type: none">* L'utilité du chaque matériel* Les erreurs à éviter en Escalade

	<p><i>* L'entretien du matériel Surtout comment ranger et plier sa Corde (pièce maitresse de l'Escalade).</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>12h30 : Transfert des athlètes Au Site</i> <i>* Echauffement des grimpeurs</i> <i>* Mise en place des Cordes.</i> ▪ <i>13h30: Pause de collation (Sandwichs servis sur place)</i> ▪ <i>14h15 : Reprise des Entraînements :</i> <i>* Formation de 3 Ateliers du Travail</i> <i>* Le 1^{er} atelier : Réalisation des exercices permettant d'accéder à la Grimpe en tête.</i> <i>* Le second atelier : Perfectionnement de la grimpe en moulinette.</i> <i>* Le 3^{ème} Atelier: Assistance en assurance</i> ▪ <i>17h00 : Fin des entrainements et retour au centre</i> ▪ <i>20h30 : Diner</i>
07/04/2017	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>7h30 : Réveil et travail de la condition physique au Terrain du complexe Sportif.</i> ▪ <i>8h30 : Petit Déjeuner</i> ▪ <i>9h30 : Départ au Site d'Escalade</i> ▪ <i>10h00 : Mise en place des Cordes après vérification.</i> <i>* Formation de 3 Ateliers du Travail :</i> <i>- Le 1^{er} : Initiation à la montée en tête + la manipulation de la Corde au niveau du Relais.</i> <i>- Le Second travaille par binôme la moulinette (atteinte d'une certaine autonomie= acquisition de la technique).</i> <i>- Le 3^{ème} Groupe perfectionnement de la moulinette.</i> ▪ <i>13h30 : Pause de collation (Sandwichs servis sur place).</i> ▪ <i>14h30 : Reprise des entrainements.</i> ▪ <i>17h00 : Retour au centre.</i> ▪ <i>20h30 : Diner</i>
08/04/2017	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>7 h30 : Réveil</i> ▪ <i>8h15 : Petit Déjeuner</i> ▪ <i>9h15 : Transfert des Grimpeurs au Site.</i> ▪ <i>10h00 : Mise en place des Cordes et échauffement des Grimpeurs.</i> <i>- Evaluation des Grimpeurs s'est portée sur les points suivants et les appréciations sont rapportées sur des fiches individuelles.</i> <i>* Connaissance du matériel individuel d'escalade</i> <i>* Nœud d'encordement.</i> <i>* Technique d'Assurance en moulinette.</i> <i>* Technique de la grimpe.</i> <i>* Réalisations des voies en moulinette.</i> <i>* Respect des Règles de Sécurité.</i> <i>* Montée en tête</i> <i>* Technique d'Assurance en tête</i> <i>* Manipulation de la corde</i>

** Niveau d'Escalade*

- Les Résultats on fait l'objet d'une lecture devant tout le monde et cela toujours dans le but de prévenir au prochain Stage les défauts commis au précédent; ainsi assurer la bonne progression des athlètes.

- *13h00 : Mot d'allocution en présence de Monsieur le Président de la F.R.M.S.M et clôture du Stage*
- *13h30 : Pause de collation (Sandwichs servis sur place)*
- *14 h30 : Fin du stage*



NOMS ET PRENOM	CLUBS OU ASSOCIATION
1-KOUSSI NARJISSE	A.S.U.C
2-AAMMARI SAAD	A.S.U.C
3 -AAMMARI HIBA	A.S.U.C
4-SAHRAOUI FATIMA ZAHRA	A.S.U.C
5- ABOUDRAR HICHAM	A.S.U.C
6- ELARBAOUI YASMINE	A.S.E.M
7-MOUTAHIR YOUSSEF	A.S.E.M
8-LIMANE YOUSSEF	A.S.E.M
9-DRIOUCH YOUSSEF	S.C.AZROU
10-EZZAKI HASSAN	S.C.AZROU
11-EZZAKI FATIMA	S.C.AZROU

12-FARIADI MEHDI	S.C.I
13-LERHENANE ILYASSE	S.C.I
14- BAHY AYMAM	S.C.I
15-TAGHI NABIL	A.T.S.O
16-IDMALEK MEHDI	A.T.S.O

N.B : - Un Fourgon était mis à la disposition des Grimpeurs durant la période du Stage pour assurer la Navette entre le centre d'hébergement (Centre IDEAL) et le site d'Escalade.

- Une anomalie qui sévit toujours dans notre Fédération et qui engendre des dépenses superflues c'est l'absence de certains grimpeurs sans avis préalable afin d'établir des réservations précises au centre d'hébergement.

Coordonnateur de la C.T.N.E : Mr AHMED FARIADI

Encadreurs : MM MIMOUN GOALI et HASSAN MAHTOT

SIGNE : Mr Mohamed IDALI (Président de la CTNE)

