

**Escalade La Dôle Indoor 2025 / Bulletin d'inscription / Santé & assurance :**

	Nom	Prénom	Date de naissance
Participant 1			
Participant 2			
Participant 3			

Nom / Prénom de l'un des parents .....

Rue, n° ..... NPA, Localité .....

Numéro de téléphone ..... Numéro de mobile .....

Numéro professionnel ..... E-mail .....

Assurance accident du participant .....

Maladie : est ce que votre enfant souffre d'une maladie, allergie ou handicap particulier ?  
Doit-il prendre un médicament spécifique au cours du séjour ?

.....

A-t-il un régime alimentaire particulier ? .....

J'ai entendu parler de votre école par :  internet  une publicité  un(e) ami(e)  
 office du tourisme  autre : .....

Par ma signature, je certifie que mon enfant est au bénéfice d'une assurance accident ainsi qu'une couverture sauvetage et j'atteste que mon enfant a l'autorisation de participer au camp d'escalade La Dôle Indoor organisé par PROGRESSION qui aura lieu du :

..... au .....

Attention, mon inscription n'est valable qu'à réception du montant du camp soit 590.- et me garanti une place au camp. J'ai noté le nom de mon enfant et les dates du camp dans la case « communication » du bordereau e-banking ou du BV. J'autorise Progression à publier les photos et vidéos du camp pour la galerie de son site et sa brochure.

**Pour inscrire votre enfant, il faut nous renvoyer par courrier ou e-mail :**  
**1.LE PRESENT *BULLETIN D'INSCRIPTION* DUMENT REMPLI ET SIGNE**  
**2.LE BORDERAU E-BANKING OU LE RECIPISSÉ DU PAIEMENT DU CAMP**  
**3.LA PHOTOCOPIE DE LA CARTE *D'ASSURANCE ACCIDENT ET SAUVETAGE***

<p><u>A NOUS RENVOYER A :</u></p> <p>Progression Ecole suisse d'escalade Boîte postale 252 La Bouriaz CH-1265 La Cure info@progression-dole.ch</p>	<p><u>E-BANKING /E-FINANCE :</u></p> <p><b>Bénéficiaire : ALAN DELIZEE</b> Banque du bénéficiaire : UBS SA Case Postale 1002 Lausanne IBAN CH690024324345789341Z N°clearing 243 BIC :UBSWCHZH80A</p>	<p><u>POSTE :</u></p> <p>Versement pour : UBS SA Zurich IBAN CH690024324345789341Z ALAN DELIZEE Compte postal : 80-2-2</p>
--	--	--

Lieu, date ..... signature du représentant légal .....

## **Escalade La Dôle Indoor / Programme détaillé :**

Cette semaine est composée de 5 jours d'escalade à la journée (non- résidentiel) principalement en salle d'escalade, différente chaque jour. De Nyon, Lausanne ou Genève, nous rayonnons en minibus sur différents centres d'escalade indoor de la Côte Lémanique mais aussi, selon le niveau, sur des jardins d'escalade outdoor de proximité, afin de découvrir cette activité à l'extérieur. C'est un camp idéal pour les petits, pour se familiariser avec ce sport, débiter et progresser en toute sécurité.

Encadrés par un moniteur, les enfants grimpent dans de belles voies dans des centres d'escalade modernes et variés. Premiers pas en escalade sur mur, bloc avec matelas, apprentissage des nœuds, premières voies d'escalade, jeux par équipe, apprentissage pédagogique et progressif de l'escalade avec des moniteurs patients et attentifs aux enfants. Apprendre, prendre confiance en soi, tout en s'amusant et en se faisant de nouveaux copains et copines.

Nous formons peu à peu les enfants aux méthodes d'encordement, aux nœuds, aux techniques de progression sur mur d'escalade. Durant cette période d'apprentissage, nous nous rendons en minibus dans les salles et sites d'escalade conçus spécialement pour les enfants, ce qui leur permet d'adapter peu à peu leur condition physique mais également de progresser en escalade pure. Les pique-niques se passent dans les salles d'escalade ou à l'extérieur. Les repas de midi se prennent à une grande table, les enfants participent aux préparations des repas et rangement. Les légumes ou les fruits sont présents chaque jour au pique-nique. Des jeux sont organisés pendant la journée.

J1 : accueil des parents et des enfants au point de rendez-vous (Genève, Nyon, Lausanne), équipement des enfants, vérification de l'équipement personnel pour la journée, chargement du pique-nique. Activités de socialisation pour faire connaissance et s'intégrer dans le groupe. Distribution du matériel technique pour la semaine. Jeux & activités ludiques dans la salle d'escalade. A midi, préparation du pique-nique par les enfants

J2 : escalade, familiarisation avec l'utilisation des techniques d'escalade dans des traversées blocs, premières voies d'escalade au mur d'escalade. Progression de l'apprentissage de l'escalade, équilibre du corps, positionnement des pieds, rythme de progression, respiration, lecture du rocher, descente en moulinette. Jeux & activités ludiques dans la salle d'escalade. A midi, préparation du pique-nique par les enfants

J3 : apprentissage et consolidation des nœuds d'encordement (nœud de huit) et d'assurage (demi-nœud d'amarre), escalade facile en chaussons au mur, pratique et familiarisation de l'utilisation d'une moulinette. A midi, préparation du pique-nique par les enfants

J4 : journée ludique liée à l'escalade : jeux par équipe, concours de vitesse, grimper les yeux bandés, exercices techniques, problèmes à résoudre. Jeux & activités ludiques dans la salle d'escalade. A midi, préparation du pique-nique par les enfants

J5 : Escalade. Remontée sur corde de fixe. Apprentissage de la descente en rappel, possibilité de descendre un surplomb (en fil d'araignée). Jeux & activités ludiques dans le terrain. Retour du matériel technique. Accueil des parents pour le retour des enfants à la maison.

Prix Sfr. 590.- / Âge : 6-9 ans

Dates : 30 juin-4 juillet / 7-11 juillet / 14-18 juillet / 21-25 juillet / 28 j.-1 août / 4-8 août / 11-15 août / 13-17 octobre / 20-24 octobre 2025

Compris : transport en minibus, pique-nique, matériel technique (baudrier, chaussons d'escalade, casque, mousquetons ...), entrées salle d'escalade, 5 jours d'encadrement par un moniteur.

Non-compris : transport jusqu'au point de rendez-vous de départ et d'arrivée du camp



**Escalade La Dôle Indoor / Informations pratiques :**

Lieux de rendez-vous, points de départ et d'arrivée en plaine.	Autoroute Lausanne – Genève : Restoroute Lavaux (Lausanne), restoroute La Côte (Rolle), sortie autoroute Nyon station Shell (Centre commercial Signy), Genève aéroport : Arrivées, emplacement des autocars.		
Heures rendez-vous	Journées Côté Lausanne: Lavaux : La Côte : Nyon : Genève aéroport :	Aller 9 :00 8 :30 8 :15 8 :00	Retour 16 :00 16 :30 16 :45 17 :00
	Journées Côté Genève: Genève aéroport : Nyon : La Côte : Lavaux :	9 :00 8 :45 8 :30 8 :00	16 :00 16 :15 16 :30 17 :00
Début et fin des cours d'escalade	9 h 30 et 15 h 30		
Encadrement	Moniteur		
Niveau	Doit être capable de préparer son sac d'escalade et porter seul ses affaires et accompagné d'un adulte. Débutant total ou un peu d'escalade		
Location matériel	Vous pouvez louer ou acheter le matériel manquant de votre enfant chez Décathlon à Bussigny (Lausanne), Raoul Sport à Nyon et Décathlon à Meyrin (Genève)		
Office du Tourisme de Nyon	Tél. 022 365 66 00		
Argent de poche	Prévoir un peu d'argent de poche (francs suisses) pour les dépenses personnelles éventuelles (boisson supplémentaire, souvenir, cartes postales...etc...), à mettre dans la poche de la veste de ski avec le carte d'identité !		
Numéro de tél. mobile du moniteur chef	A demander au moniteur responsable sur le lieu de rendez-vous du lundi (Attention ; le réseau ne passe pas toujours bien dans les salles !)		
Numéro tél. Ecole suisse d'escalade Progression	022 360 02 60 / 079 457 23 57		

### **Escalade La Dôle Indoor / Equipement et matériel :**

- 1 pantalon pour l'escalade + 1 pantalon pour la pluie (type K-Way)
- veste Gore-tex/Kway
- laine polaire
- vêtements de rechange

-Bonnes chaussures type trekking ou baskets!

- bonnet
- casquette

- gourde min 1 L
- lunettes de soleil

### **-carte d'identité ! (NE PAS OUBLIER !)**

- sac à dos pour les affaires de la journée (pouvant contenir baudrier, chaussons, casque, gourde, veste, pantalon pluie)

matériel technique fourni par PROGRESSION :

- chaussons d'escalade
- casque
- baudrier
- mousqueton

Au besoin, nous vous conseillons les magasins de matériel de montagne suivants :

- Passe Montagne / Genève
- Passe-Montagne / Lausanne
- Espace Montagne / Monthey
- Yosemite Lausanne

N'hésitez pas à investir si le matériel est veillot ou mal adapté, votre enfant ne le regrettera pas quand il pratiquera l'escalade !!!

Si vous avez d'autres questions sur le matériel, n'hésitez pas à nous appeler !

## **Escalade La Dôle Indoor / Conditions générales :**

L'encadrement est assuré par un moniteur. Nous nous réservons le droit d'annuler le camp suivant les conditions ou le manque de participant.

Prix :

Nos prix s'entendent pour 1 personne et comprennent l'encadrement par un moniteur, le transport depuis le point de rendez-vous, l'entrée dans les salles d'escalade, le pique-nique du midi, le matériel technique. Les consommations ou achats supplémentaires ou ne sont pas comprises.

Activités en groupe :

Les effectifs des activités en groupe sont comptés en nombre de personnes par guide en fonction de critères de sécurité pour l'activité proprement dite. Les camps se déroulent dans une bonne ambiance et pour le bien-être des jeunes. Le non-respect et les actes non conformes au bon déroulement du camp seront sanctionnés et l'enfant renvoyé chez ses parents.

Inscription :

Une inscription n'est prise en compte qu'à partir du versement d'une finance d'inscription correspondant au prix du camp.

Annulation :

Si, pour quelque raison que ce soit, une personne inscrite renonce à participer à une activité, une retenue de 100 % est comptée. Tout camp commencé ne sera pas remboursé excepté lors d'un problème médical où un crédit camp sera ouvert à l'enfant.

Assurance :

Les participants ne sont pas assurés par le moniteur. C'est au participant lui-même qu'il incombe de se couvrir convenablement en matière d'assurance maladie et accidents (y compris les accidents pouvant survenir lors de la pratique de l'escalade). Chaque participant doit posséder une assurance accident ainsi qu'une couverture sauvetage.

Responsabilité des parents :

Les parents ou le représentant légal assument :

- la pleine responsabilité des dégâts causés volontairement ou non aux installations ou autres objets appartenant ou loués par PROGRESSION
- Les frais de rapatriement suite à un renvoi
- Les frais de renvoi postaux pour vêtements et autres

Dossier médical :

Tout problème médical devra être signalé à PROGRESSION par écrit.

Transport :

Chaque participant devra se rendre par ses propres moyens au point de rendez-vous du camp