

Pratique / Clinique d'auto-sauvetage

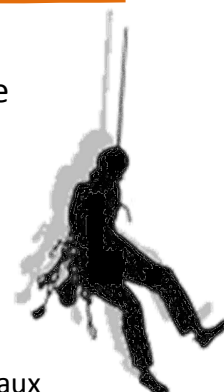
Nous vous invitons à la pratique biannuelle d'auto-sauvetage

Samedi le 30 avril 2011 de 8h30 à 16h30









À la paroi du lac Larouche

Localisation du site sur Google map sous le nom Larouche – Chamox

Organisée deux fois par année, cette activité a pour but de vous permettre de mettre en pratique les manœuvres d'auto-sauvetage en escalade et d'offrir aux débutants la possibilité de s'initier à ces manœuvres qui sont trop souvent méconnues. Elle permet aussi d'amasser des fonds pour aménager les falaises de la région des Cantons-de-l'Est.



Vous aurez besoin au minimum par personne:

-  Harnais
-  Casque
-  Système d'assurage
-  Longe
-  Anneau de cordelette 7mm pour faire un nœud autobloquant (anneau de 40 à 60cm)
-  Cordelette 7mm de 6m de long
-  Deux mousquetons à vis
-  Une corde d'escalade à simple par équipe de deux personnes et matériel pour confectionner des relais (Mousquetons, sangles, etc.)

Cette activité est organisée bénévolement par des moniteurs de l'école de montagne et d'escalade ChamoX. Lors de l'activité, nous recueillerons des dons pour la FARCE, nous suggérons un don de 10\$ ce qui équivaut approximativement à un ancrage. Tous les fonds amassés serviront à l'aménagement de différentes falaises de la région des Cantons-de-l'Est, telles que la Gorge de Coaticook, le Mont Pinnacle, etc.

NB : Un dîner-barbecue complet avec Hot-dogs ou Hamburgers vous sera offert au coût de 5\$.

Nous vous attendons en grand nombre!

FARCE 
Fond d'Accès aux Rochers des Cantons-de-l'Est

ChamoX
École de montagne et d'escalade 