



**Le mur d'Antecimes s'est fait la belle,**

**C'est l'occasion de grimper à Bloc !**

Une salle, des matelas, et des prises, beaucoup de prises !

A Collonge-Bellerive, 3 possibilités pour venir grimper :

**Les cours :**

Durant l'année scolaire, les lundis et mercredis

[http://www.antecimes.ch/documents/programme\\_cours\\_automne\\_2024.pdf](http://www.antecimes.ch/documents/programme_cours_automne_2024.pdf)

<http://antecimes.ch/cadre.html?inscriptions&type=cours>

**Les séances ponctuelles :**

1 samedi par mois à date fixe, la prochaine le 1<sup>er</sup> juin

Gratuit pour les grimpeurs d'Antecimes, 20.- pour tous les autres pour 1h de gestuelle et de technique...plutôt physique !

**Les séances flash :**

1 ou 2 fois par mois, selon l'agenda, et la météo ( séances appelées aussi : temps moche)

Gratuit pour les grimpeurs d'Antecimes, 20.- pour tous les autres pour 1h de gestuelle et de technique...plutôt physique !

Pour ces deux formules, inscription préalable pour les non-grimpeurs d'Antecimes, en précisant l'horaire de venue, paiement sur place en cash : 9h, ou 10h15, ou 11h30.

<http://www.antecimes.ch/cadre.html?inscriptions&type=sortie>

**Mais encore.....**

**Les anniversaires :**

Venez partager, ou découvrir, votre passion avec vos amis, les mardis soirs ou le w-end :

<http://www.antecimes.ch/cadre.html?inscriptions&type=anniversaire>

**Mais aussi.....**des sorties falaise pour les jeunes, des stages, de la Montagne !

**Les adultes aussi peuvent faire tout cela :o)**

**Antecimes, mur d'escalade puis bloc depuis 23 ans !**

**Didier Fournier, Guide de Haute-Montagne**

[didier@antecimes.ch](mailto:didier@antecimes.ch)

[www.antecimes.ch](http://www.antecimes.ch)