

# NOUVEAU

## DÈS JANVIER 2016

### COURS «KOALA»



#### COURS «KOALA» - Mercredi matin (avec Virginie Crettenand)

**CONCEPT** «Eveil à l'escalade»! Si vous souhaitez découvrir et partager un moment avec votre enfant, pour pourrez goûter aux joies de l'escalade en toute sécurité. Durant ce cours en groupe, des exercices d'équilibre, des parcours d'agilité et une approche de l'escalade par des jeux vous seront proposés. Dès 2 ans, accompagné d'un parent, grand-parent, parrain/marraine, tante/oncle, ami/amie.

**HORAIRE** Un mercredi sur deux, de 10h à 11h30.  
1<sup>re</sup> session : 20 janvier, 3 février, 24 février, 9 mars et 23 mars 2016.

**PRIX** 250.- par binôme par session de 5 cours. Entrée et matériel compris.

Renseignements et inscriptions sur [www.vertic-halle.ch](http://www.vertic-halle.ch), par mail ([cours@vertic-halle.ch](mailto:cours@vertic-halle.ch)) ou directement à l'accueil.



### COURS «JEUNES GRIMPEURS»



#### COURS «JEUNES GRIMPEURS» - Mercredi après-midi

**CONCEPT** Ce cours s'adresse à des jeunes de 10/11 à 16 ans qui souhaitent apprendre ou progresser en escalade. Au programme, il y a de la progression technique et gestuelle, des manipulations de matériel plus complexes, etc. dans une ambiance cool.

**HORAIRE** Le mercredi après-midi, de 14h à 16h.  
1<sup>re</sup> session : du 6 janvier au 16 mars 2016. 2<sup>e</sup> session : du 23 mars au 22 juin 2016.

**PRIX** 365.- la session. Entrée et matériel compris.  
20% de rabais en cas d'inscription aux 2 sessions (584.-).

Renseignements et inscriptions sur [www.vertic-halle.ch](http://www.vertic-halle.ch), par mail ([cours@vertic-halle.ch](mailto:cours@vertic-halle.ch)) ou directement à l'accueil.



### COURS «COACHING ADULTES»



#### COURS «COACHING ADULTES» - Lundi soir (avec Mike)

**CONCEPT** «Coup de boost» pour votre escalade! Nous vous proposerons des exercices et méthodes pour améliorer votre niveau en escalade et vous aider à passer un palier. Le nombre de participants, limité à 6, permet un suivi plus précis de chacun tout en gardant l'émulation liée à l'effet de groupe. Ce cours se veut souple et personnalisable en fonction des besoins de chacun.

**HORAIRE** Le lundi soir, de 19h30 à 21h30 pendant 6 semaines.  
1<sup>re</sup> session : 5 janvier, 11 janvier, 18 janvier, 25 janvier, 15 février et 22 février 2016. Prolongation possible.

**PRIX** 300.- la session de 6 cours. Entrée et matériel non compris.  
10% de rabais pour les abonnés salle 6 mois (270.-) et 15% de rabais pour les abonnés salle 1 an (255.-).

Renseignements et inscriptions sur [www.vertic-halle.ch](http://www.vertic-halle.ch), par mail ([cours@vertic-halle.ch](mailto:cours@vertic-halle.ch)) ou directement à l'accueil.

