



## VIE FEDERALE



### STAGE ESCALADE VACANCES DE NOEL

21-22-23 DECEMBRE

14h –17h30

Pour la deuxième année consécutive, le CD a le plaisir de vous proposer son stage de Noël ouvert à tous !  
Au programme 3 A.midi grimpe sur les murs de la région Rennaise ☺ :

- 21 décembre : Maurepas
- 22 décembre : Bruz
- 23 décembre : Guichen

Infos et inscription sur le site du comité <http://www.cd35ffme.fr/>

## FORMATIONS



### PERFECTIONNEMENT OUVERTURE BLOC

5-6 DECEMBRE 2015

BAINS / OUST

Le comité lance pour la première fois un complément de formation à l'ouvreur club orienté sur l'ouverture en bloc donc si cela vous intéresse de venir participer à l'ouverture du contest de bains sur oust c'est ici que cela se passe.

Il s'agit ici d'un weekend de perfectionnement à l'ouverture donc non diplômant mais très riche en expérience.

Pour vous inscrire RDV sur le site du comité <http://www.cd35ffme.fr/>

Pré-requis pour participer: être titulaire de l'ouvreur club

## COMPETITIONS et RENCONTRES

### CONTEST DE BLOC ET FETE DE L'ESCALADE

BLOC And CO

12 Décembre 2015

La fin d'année approche, il est donc grand temps de vous dévoiler l'organisation d'un contest de bloc par équipe de 2 le samedi 12 décembre à bains sur oust.

Au programme :

le matin : initiation escalade / tyrolienne / slack line / parcours

A.midi : contest libre de 30 blocs par équipe de 2

Pour vous inscrire, c'est par ici

<http://www.ffme.fr/competition/fiche/3848.html>



alpinisme

canyonisme

escalade

raquette

randonnée

ski-alpinisme

**ffme**

**OPEN NATIONAL DE BLOC**  
**19-20 DECEMBRE 2015**  
**MAYENNE**

Le traditionnel Open de bloc de Mayenne prend de l'envergure car ce n'est plus un open régional mais bien un open national que nos voisins vous proposent les 19 et 20 décembre prochain.

Mais rassurez vous, il y en aura encore pour tout le monde ☺

Inscription ci-dessous :

<http://www.ffme.fr/competition/fiche/3716.html>

## INFOS DIVERSES



**PROMOTION PRISES CHEZ ALTISSIMO**  
**Dead line 27 novembre 2015**

Petite opération promotion chez Altissimo, une série achetée, la même série offerte !  
 RDV sur leur site <http://www.altissimo.fr/shop/cat/xlarge/xlarge.html>

Code promo : PROMO2K15  
 Livraison dans les 15 jours ouvrables.



**DU MENEZ HOM A L'EVEREST**  
**MUR DU PAYS FOUESNANTAIS**  
**28 et 29 novembre 2015**

Encore un petit événement sympa que nous propose nos amis du pays fouesnantais pour grimper jusqu'au bout de la nuit ☺

Infos et inscriptions sur le facebook du club

<https://www.facebook.com/Le-Mur-du-Pays-Fouesnantais-1456518334635221/?fref=photo>



**COUPE DEPARTEMENTALE DE DIFFICULTE**  
**LOUDEAC**  
**13 DECEMBRE 2015**

La première rencontre MPB est lancée pour cette nouvelle saison, le club de Loudéac dans les Cotes d'Armor convie les catégories Microbe, Poussin et Benjamin à venir s'affronter autour d'épreuves de Bloc, Difficulté mais aussi vitesse ☺

Info et inscription ici

<http://www.ffme.fr/competition/fiche/3833.html>



**INITIATION ALPINISME MONT DORE Y CIMES**  
**30 ET 30 JANVIER 2016**  
**MONT DORE**

Vous souhaitez découvrir ou partager un moment d'Alpinisme, alors voici un événement à ne pas manquer ... et oui en plus ce n'est pas très loin alors plus d'excuse

<http://montdoreycimes.jimdo.com/>

alpinisme

canyonisme

escalade

raquette

randonnée

ski-alpinisme

**ffme**

fédération  
française  
de la montagne  
et de l'escalade