

PROFIL GRIMPEUR

CRUX JUNIOR MEGA-MODULO

Chez Modulo, chaque semaine est une nouvelle aventure!

Défilez vers le bas pour en apprendre plus sur notre Profil Grimpeur chez Modulo !

INSCRIVEZ-
VOUS
MAINTENANT



Une journée Modulo : entre spécialisation et exploration

Le profil escalade est une immersion complète dans l'univers de l'escalade pour les jeunes de 7 à 12 ans.

Le profil Escalade est conçu pour initier les participants ou perfectionner leurs compétences sur les murs d'escalade. Alliant technique, plaisir et apprentissage, ce programme permet aux jeunes grimpeurs de se dépasser tout en explorant les multiples facettes de ce sport captivant, tout en transmettant leur passion aux plus jeunes.

Notre promesse :

- **7 à 10 heures de pratique d'escalade par semaine** : Des sessions variées pour développer technique, force et endurance.
- **5 heures d'activités connexes** : pour enrichir l'expérience et comprendre les bases théoriques et techniques de l'escalade.
- **Des après-midis variés** : Notre horaire type présentée à la fin de ce document vous permettra d'apprécier la diversité d'activités offertes et de mieux apprécier le concept de liberté de choix offert par Méga-Modulo.

Défilez pour voir ce que nous offrons spécifiquement !



Ce que votre enfant vivra :

1. Des sessions pratiques motivantes :

- **Techniques d'escalade :** Bloc, vitesse, et escalade de difficulté adaptée à tous les niveaux.
- **Perfectionnement personnalisé :** Accompagnement par des animateurs expérimentés pour aider chaque participant à atteindre ses objectifs



2



2. Des activités connexes captivantes :

- **Analyse de vidéos** pour décortiquer les mouvements et optimiser les performances.
- **Création de voies d'escalade** et exploration des différents types de prises.
- **Apprentissage des nœuds** essentiels pour l'escalade.
- Démonstration d'escalade en **premier de cordée** par nos animateurs experts.
- **Coaching des Mini-Modulo :** Apprendre à adapter une voie pour un enfant plus petit, expliquer des mouvements simples et les encourager, développant ainsi des qualités de leadership et de mentorat.

3

3. Des projets spéciaux !

- Défis de **vitesse**, **bloc** et **voies** de difficulté.
- **Simulations et mini-compétitions** pour stimuler le dépassement de soi.



4

Pourquoi choisir le profil escalade ?



Immersion, apprentissage et leadership !

Ce profil offre une expérience immersive et sécurisée où les jeunes découvrent l'escalade ou perfectionnent leurs compétences tout en développant confiance en eux, coordination, esprit d'équipe et sens du leadership grâce au coaching des plus jeunes.

[Voir l'horaire type](#)

5

Exemple d’horaire hebdomadaire type pour Grimpeur - Méga-Modulo

(les activités peuvent varier selon les semaines)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Brise glace et consignes	Pratique filmée et Analyse des vidéos	Grimpe hors projet	Entrainement du projet	Pratique
Collation				
Exploration des projets	Pratique	Théorie ou démo	Pratique	Présentation des projets (filmé)
Dîner				
Activité par choix	Parc : sport	Activité par choix	Activité par choix	Activité par choix
Collation				
Escalade ou Ninja Warrior	Parc : jeux d'eau	Escalade ou Ninja Warrior	Grand jeu	Kermesse

