



Fiche technique - Spéléologie

1/2 journée, journée entière ou cycle d'activité sur plusieurs jours.

Objectifs & valeurs

- Simple découverte du milieu souterrain ou découverte des techniques de progression sur cordes : descente et remontée à l'échelle et/ou au bloqueur.
- Maîtriser les techniques de progression horizontale : appuis, équilibre...
- S'approprier le vocabulaire propre à l'activité.
- Acquérir une certaine autonomie dans un milieu inhabituel.
- Etre initié aux phénomènes de creusement de la cavité, de concrétionnement, hydrogéologie...
- Développer et utiliser des habiletés motrices variées et inhabituelles (ramper, grimper, se faufiler...)

Parcours et niveaux

- Programme évolutif : d'une simple « randonnée souterraine » à l'extrême verticalité.
- L'activité de la spéléologie varie fortement en fonction de la demande : debout ou à 4 pattes, dans des grottes très spacieuses ou très étroites, avec difficultés ou non.
- Les sites de pratiques se trouvent sur le Massif des Cévennes, les Causses et garigues.

Matériel mis à disposition

- Combinaison
- Casque
- Lampe
- Baudrier complet
- Matériel collectif pour l'équipement de la cavité

Tenue vestimentaire conseillée

- Il est conseillé de porter des vêtements confortables pouvant être salis ainsi que des chaussures fermées ou bottes.
- Des vêtements de rechange sont recommandés.
- Les grottes ne sont pas toutes boueuses, cela peut varier en fonction de la demande.
- Gourde d'eau

Encadrement

- Moniteur diplômé d'Etat – ratio d'encadrement : 1 moniteur pour 8 personnes.
- Pour les mineurs, il est impératif qu'un adulte soit également présent.

Handicap

- Accessible à tout type de handicap.
- Le choix de la cavité sera adapté suivant le handicap.
- Aménagement spécifique des cavités.

Logistique

- Chauffeur et navette mis à disposition (transport compris dans le prix de l'activité).
- Minibus de 20, 9 ou 6 places.