

# LA GAZETTE DU GRIMPEUR



## L'HIVER EST ARRIVÉ.

« Enfin », diront les passionnés de buches glacées et de soirées au coin du feu !!!

Nous voilà donc contraints de nous réfugier en salle pour un bon moment. Il faut le savoir, telle la marmotte, le grimpeur préfère les beaux jours. Ceux où il peut s'ébattre aux pieds des voies, se « brouter » les doigts et se faire « laver » sans modération dans les couennes les plus retorses ou les grandes envolées de plusieurs centaines de mètres.

En attendant, il va falloir gérer les fêtes et leurs excès en tout genre, gérer les jours trop courts et les nuits trop froides, gérer les petites blessures, gérer le manque de motivation et les bonnes résolutions.

Forcément, EVO aura à cœur de vous aider à passer cette « sale période ».

# AU PROGRAMME

Toujours autant de séances, avec **des entraînements** spécifiques pour préparer les compétitions qui se profilent. Mais aussi des entraînements plus cool pour ceux et celles qui veulent juste prendre un peu de « cotation ».

« **Contest Ta Loire** », la grande fête de l'escalade en région Centre, organisée par EVO, sera là pour distraire tous les grimpeurs et grimpeuses avides de sensations, de jeux et de performance. (Rendez-vous le 8 janvier sur le mur du lycée)



## Les compétitions :

EVO s'affiche résolument comme un club à vocation compétitrice.

J'entends souvent certains et certaines me dirent « Oula ! La compète, très peu pour moi. La compétition c'est pour écraser l'autre dans un esprit de domination. Et puis, il y a assez de stress comme ça dans la vie »

C'est pas faux mais .....

- Mais, on peut faire des compétitions dans un bon esprit sans vouloir systématiquement dominer ou écraser. La compétition développe une certaine forme d'émulation. Encouragé par les copains, on se sent pousser des ailes, on bat des records et, à la fin de la journée, on sert la main des grimpeurs du club d'à côté.
- Quoi qu'on en dise la vie est une compétition, une lutte incessante. Notre corps combat chaque jour des milliers de microbes. N'est-ce pas là une forme de compétition ? Nous devons lutter contre notre paresse qui nous fait hésiter entre un bon film au coin du feu plutôt que la séance de pan gulich. Là encore, nous luttons contre notre paresse ou notre procrastination.
- La compète c'est aussi le moyen d'apprendre à gérer sa préparation physique, apprendre à composer avec son stress, avant et pendant l'épreuve. Autant d'épreuves auxquelles nous sommes tous confrontés, un jour ou l'autre dans la vie quotidienne. Que ce soit à l'école ou dans notre vie professionnelle. Sauf que sur un mur d'escalade, les enjeux ne sont pas de la même nature ni de la même mesure. Le versant éducatif (on apprend à tout âge) est implicite, indéniable.

C'est comme cela que nous envisageons la compétition à EVO.

Un moment de convivialité, un instant didactique et la découverte d'un univers original.





# DES SOURIRES

Depuis quelques mois déjà, Loulou et Max étaient en contact avec La Maison de Santé Pluridisciplinaire d'Orléans afin d'établir une collaboration entre une partie de l'équipe médicale et EVO.

Leurs objectifs : Faire grimper des enfants atteints de troubles moteurs et/ou psychologiques. Leur donner le sourire et se servir de l'escalade pour les faire progresser dans la perception qu'ils ont d'eux même.

Ségoène Raveau (kiné) et Eléonore Vidal (cadre médicale), toutes deux grimpeuses aguerries, ont initié ce projet novateur. Après quelques tentatives à Climb up, elles ont rapidement compris qu'un environnement calme et serein était nécessaire pour permettre à ces jeunes de profiter pleinement d'une séance d'escalade.

EVO a su entendre et répondre à ces besoins

Rendez-vous était donc pris le samedi 10 décembre « chez nous », afin de concrétiser le projet.

Une douzaine d'enfants, de 4 à 16 ans a pu s'adonner à la même passion que nous tous: Jouer avec la hauteur, maîtriser les équilibres précaires et, surtout, sourire en haut des voies.

Parler de réussite serait un truisme quand on voit le plaisir et la joie spontanée de ces jeunes en proie à des handicaps lourds, très lourds pour certains.

Alors oui, nous allons poursuivre cette collaboration, une fois par trimestre pour cette saison. A l'image d' Anne-Emmanuelle (Kiné), récemment licenciée chez nous, et qui a pu participer à cette première session, nous souhaiterions engager plus de membres d'EVO dans cette aventure.

Parce que l'escalade ne consiste à pas seulement à se brouter les doigts pour faire la croix, EVO tient à développer ce versant du « sport adapté ».

Prochain rendez-vous : 1er samedi des vacances de février.

Alors si vous avez à cœur de venir encadrer, assurer et partager un moment avec ses enfants « différents » qui méritent de connaître les joies de la verticalité., n'hésitez pas à nous le faire savoir (un doodle sera mis en place pour vous inscrire à la prochaine rencontre).



# SESSION PASSEPORT

Un passeport pour grimper ? Et pourquoi pas un permis d'assurer ? Une autorisation de mettre un baudrier ? Un CERFA pour clipper le relais ? Un formulaire pour brosser les prises ?

Certains pourront se questionner (légitimement) sur le bien fondé de rentrer dans une enième classification. A plus forte raison dans un sport qui se veut « libre », à l'écart des grandes lignes qui dessinent notre paysage sportif . Les passeports sont à la grimpe ce que les « ceintures » sont au judo ou les « galops » à l'équitation. Une attestation d'un niveau de pratique.

Bah oui mais..... Nous sommes affiliés à la FFME et cette vassalisation suppose le respect d'un cadre réglementaire auquel nous ne pouvons déroger si nous voulons nous inscrire dans ce paysage.

Le passeport atteste d'un niveau de grimpe, de maîtrise des gestes de sécurité et d'une connaissance de l'environnement dans lequel on se déplace.

Ce précieux sésame a été rendu obligatoire par la fédé pour participer aux formations organisées par cette même fédé.

Si vous souhaitez devenir encadrant, ouvrier ou juge , il vous faudra donc montrer « patte blanche » (ou jaune, orange, rouge, bleue, violet, noire...).

L'équipe d'encadrants du club a su se montrer persuasif puisque se sont près de 70 passeports qui ont été validés ce samedi 19 novembre.

Les tests sur voie et bloc ont ravi les jeunes comme les moins jeunes. Tout content de montrer leur progrès à leur parents venus les admirer, les grimpeurs ont joué le jeu, se battant sans compter pour valider une couleur et faire la fierté de leur entraîneur ou de leur géniteur (trice).

Une bien belle après midi où chacun a pu prendre le temps de mieux se connaître et de partager un thé ou un gouter aux pieds de notre SAE.





# COUP DE GUEULE DU MOIS

## « L'avenir aseptisé »

En plein de cœur de Paris, une société innovante (climbing district), a eu l'idée d'ouvrir une salle d'escalade dans une chapelle.

Une belle initiative pour « recycler » les lieux désaffectés en manque de fidèles.

A croire que les cieux sont plus facilement accessibles avec un baudrier sur les hanches plutôt que les genoux vissés sur un prie dieu.

On pourrait se féliciter de cette belle initiative qui offre l'opportunité aux Parisiens de trouver un peu d'air dans l'environnement sur-bétonné de la capitale.

Le hic : La salle propose 32 voies.....uniquement sur enrouleur automatique.

On ne peut nier l'efficacité des enrouleurs (même si les différents rapports signalent de nombreux accidents liés à l'inattention des pratiquants.)

Mais alors quid du partage ? Le fameux « esprit de cordée » qui nous tient tant à cœur.

A la poubelle le double check avant chaque tentative ?

Oubliez les échanges de méthodes, les conseils de l'assureur pendant votre run, le clippage de dégaine aléatoire, l'engagement, les genoux qui tremblent, les déséquilibres provoqués et maîtrisés, les vols interminables et la satisfaction d'avoir vaincu nos appréhensions.

Avec cette nouvelle approche c'est toute une partie del'éthique à laquelle nous sommes tant attachés qui se fait la malle.

Nous allons voir débouler des hordes de grimpeurs « modernes », écouteurs vissés sur les oreilles, regard vide et les mains pleines de magnésie liquide.

Place au pratiquant 4.0 qui diffuse ses résultats en direct sur Instagram, Facebook ou Tiktok, histoire de partager ses croix avec ses amis. Ceux-là même qui ne prennent pas le temps de venir l'assurer mais qui ne manqueront pas de « liker » les exploits auxquels ils ne comprennent d'ailleurs pas grand-chose. Ils lui demanderont en combien de temps il a réussi à grimper en haut parce qu'ils ont trouvé ça tellement dingue tous ces grimpeurs qui gigotent sur une paroi aux JO . « Bah quoi, c'est pas ça l'escalade ? C'est pas le premier en haut qui gagne ???? »

J'appartiens peut-être à une génération « has been » pour nos jeunes grimpeurs mais il me semble que nous devrions conserver ces échanges qui font de nous des êtres humains et pas des individus lobotomisés.

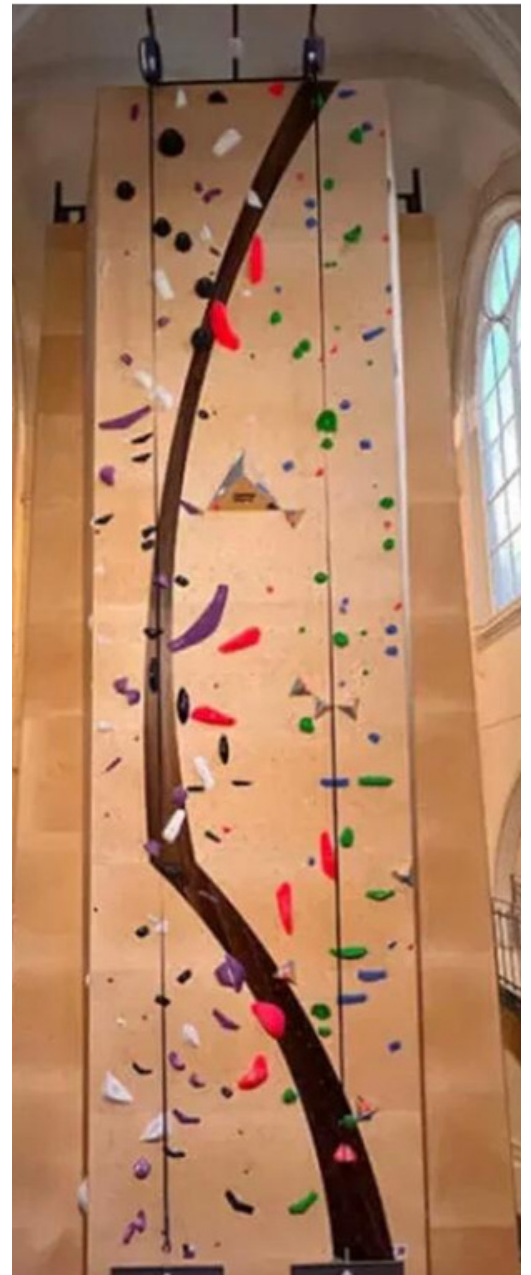
Nous avons un besoin viscéral de ces échanges. Qu'ils aient lieu à l'école, au travail ou dans notre club de sport.

Nous avons tous souffert du confinement, de l'éloignement, du manque d'interrelations et du peu d'humanité de la situation. Faisons tout pour renouer les liens entre nous. C'est vital pour notre espèce.

Lire la peur dans le regard du copain qui se lance un projet, déceler la confiance dans les mains de l'assureur qui serre un peu plus la corde à chaque zippette rattrapée in extremis. C'est tout cela qui fait l'ADN de notre sport. Le suc de notre jeu vertical tient dans ces attentions portées à l'autre, dans ce partage permanent qui fait que vous avez la vie de votre pote au bout de la corde.

Oui, un enrouleur automatique peut se révéler utile en attendant son partenaire bloqué dans les bouchons ou pour travailler un moove, mais de là à ne proposer que cette option... Il y a un pas que certains ont décidé de franchir.

Je le dis, je le crie, je le hurle : Ne nous privez pas de ce chemin didactique propre à l'escalade. Ne nous obligez pas à cette asepsie sociétale. Laissez-nous encore un peu de ce sentiment de liberté. Celui-là même qui nous a fait choisir l'escalade plutôt que les échecs ou le macramé.



# OUVERTURE ET SORTIE

La Gazette et l'endroit idéal pour remercier encore une fois l'ensemble des personnes qui ont participé au renouvellement des voies du mur de Chardon.

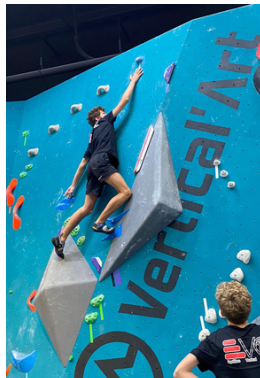
Ce fut à nouveau une belle réussite grâce à tous les bénévoles, des 3 clubs d'Orléans, qui ont oeuvré du démontage, au karcher, au tri puis aux ouvertures.

Certaines voies ont nécessité quelques changements car les petits grimpeurs orléanais ne pouvaient pas évoluer dedans à cause de mouvements très grands, ou parce que certaines voies avec de jolies idées demeuraient trop difficiles pour la cotation annoncée.

Rien de bien grave, au contraire, seulement l'évolution normale d'une session d'ouverture réussie.

Prochain rendez-vous à l'initiative des ouvriers du CAFO, le week-end du 17 décembre.

Les bénévoles d'EVO seront sûrement déjà au milieu de l'ouverture annuelle du mur du lycée ste croix, mais si quelques petites mains pouvaient traverser l'avenue Jean zay notamment pour renouveler quelques blocs, ce serait vraiment super.



Le samedi 26 novembre nous avons organisé notre première sortie officielle du club à Vertical'Art, avec les jeunes du groupe compétition. Nous pouvons estimer que c'est une réussite tant du point de vue de leur motivation que de celui de leurs performances sur le mur.

Tout d'abord, la quasi-totalité des jeunes étaient présents et prêts à en découdre avec les blocs ce qui témoigne de la motivation du groupe. De plus nous avons pu observer un bel esprit d'équipe, chacun encourageant les autres ou partageant ses méthodes.

Ensuite, nous avons été bluffé par ce qu'ils ont été capable de réaliser sur les blocs ! En effet, il s'agit de réaliser des mouvements plus exigeant tant d'un point de vue physique que technique et ils n'avaient pas à rougir de leurs performances dans les blocs !

PS : Il semblerait que certains acharnés soient aller représenter le club une semaine plus tard lors d'un contest organisé par Vertical'Art... et il semblerait même qu'EVO était plutôt représenté sur les podiums des moins de 15 ans, autant chez les filles que chez les garçons !





# PORTRAIT

## « GOTH : Un ouvreur hors du temps »

Vous l'avez sûrement déjà croisé aux pieds du mur sans forcément savoir qui il était, ni comment il faisait pour enchaîner autant de tractions à un bras.

Goth est un phénomène. Un ouvreur exceptionnel. Un garçon au sourire facile, à la bienveillance constante et aux conseils précis.

Je vous propose, dans cette nouvelle rubrique « portrait » de le découvrir, au travers d'une interview forcément, aux pieds des voies.

### EVO : Salut Goth, tu te présentes ?

Goth : Officiellement, je m'appelle Gauthier Lessault. J'ai 21 ANS. Au niveau scolaire, j'ai en poche un DUT en « qualité logistique » . Actuellement je suis pompier de Paris mais grimpeur avant tout

### EVO : Depuis combien de temps tu grimpes et comment es-tu venu à ce sport ?

Goth : 6 ans de grimpe. En 4eme j'ai fait un cycle avec mon prof d'EPS. Au lycée en seconde également. J'ai accroché tout de suite et me suis inscrit au CAFO (le seul club sur Orléans à l'époque). J'ai pu intégrer l'option du lycée. Ensuite, avec Chris, Loulou et Tam , je me suis lancé dans l'aventure d'EVO.

### EVO : Tes plus beaux souvenirs ?

Goth : En falaise. Quand j'ai sorti « Moildar » (un 7a+ majeur à Hauteroche, en Bourgogne) après beaucoup de travail.....et de chutes. Certainement une des plus belles voies que j'ai pu enchaîner. A chaque run je tombais au même moove. Quand enfin, j'ai pu passer ce put... de crux, je savais que ça allait le faire. La suite fut une simple formalité.

En SAE, sur un 7A (au lycée) , j'étais tout juste dans le septieme degré à l'époque et je me souviens encore de cette voie rouge ouverte par toi. Une vraie satisfaction d'aller au bout.

Après, je me remémore des séances d'entraînement où, avec mes potes, on finissaient totalement cramés mais supers contents d'avoir su dépasser la douleur pour finir le « boulot ».

J'aime aussi emmener des débutants en falaise. Leur faire découvrir le plaisir du cailloux, les appréhensions qu'on peut rencontrer en milieux naturel et tout ce qui va avec. La vie avec les potes, les méthodes qu'on partage, les sandwiches au sable, les doigts broutés et les avants bras en feu.

### EVO : Tes projets ?

Goth :En terme de « croix », ils sont au nombre de deux : Un 8a+ qui répond au doux nom de « Dinosaur » sur la Falaise de Seynes , dans le Gard.

Le deuxième à Peillon, « Batman », 7c+ avec un gros dévers.

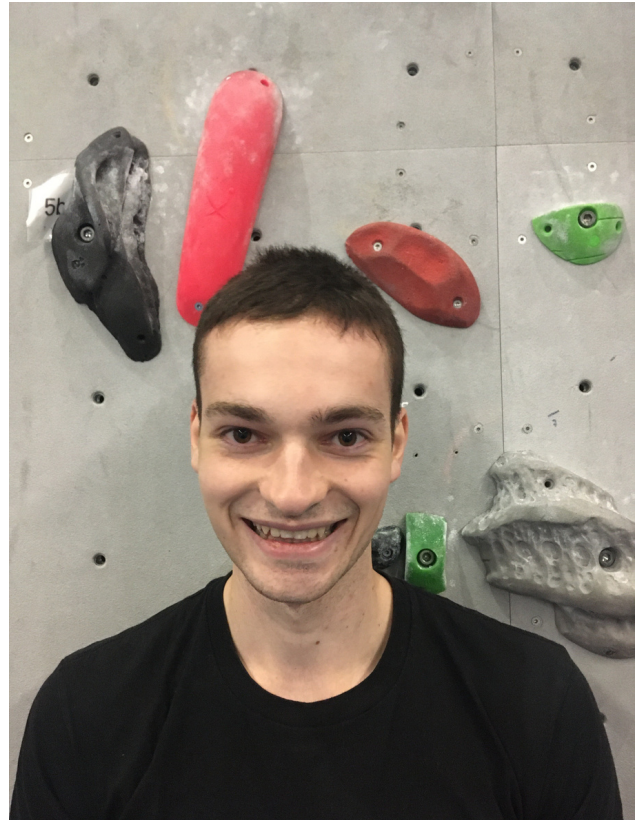
En terme d'ouverture, je vais bientôt passer la formation « Ouvreur régional » et , pourquoi pas, dans quelques années « Ouvreur national . J'adore créer, imaginer des moove complexes techniquement et physiquement pour faire progresser les grimpeurs.

### EVO : Comment tu envisages ta grimpe dans dix ans ?

Goth :J'aimerais être dans le 8 et surtout , continuer à me faire plaisir. Que ce soit dans le 5 ou le 6. Rester avec mes potes pour vivre des moments forts en falaise ou dans le club.

### EVO : A part moi, qui admires-tu le plus dans le monde de l'escalade ? Pourquoi ?

Goth : (rires) J'aime beaucoup Sam Avezou pour sa polyvalence, sa rapidité dans la prise de décision et donc, son efficacité. Il est esthétique.



# PORTRAIT

**EVO : Quels conseils tu donnerais à un jeune qui veut progresser ?**

**Goth :** Fais ce que tu aimes faire. Le plaisir avant tout. Grimpez, grimpez, grimpez et grimpez encore si vous voulez progresser. C'est sûrement ça le secret : La passion et l'envie.

**EVO : Le mot de la fin ?**

**Goth :** L'escalade fait désormais partie de ma vie à hauteur de 70 % de mon temps libre . Depuis que je grimpe je sens une meilleure maîtrise de mon corps. L'ouverture me pousse aussi à devenir sans cesse plus créatif. Je finirais par un mot de P. Edlinger « l'esthétique en escalade c'est voir un grimpeur évoluer dans le 8 en passant qu'il est dans le 4 ou le 5 par la facilité et l'aisance qu'il dégage»

## LES RENDEZ-VOUS À NE PAS MANQUER :

Ouverture et refonte complète annuelle du mur du lycée du vendredi 16 décembre au mercredi 20 décembre . Pensez à vous inscrire sur le doodle (20 personnes maximum par créneau) : <https://doodle.com/meeting/participe/id/b81vOEod>



« Contest Ta Loire » le 8 janvier 2023.

Vidéo du dernier CTL : <https://www.youtube.com/watch?v=m2v6vUyGXuU&t=78s>

