

## FROUZINS MONTAGNE

### Multi-activités dans les Pyrénées Orientales - 11 juillet 2009

Pendant cette semaine, Frouzins Montagne a installé son camp de base au camping de Mont Louis (à coté de Font Romeu). A partir de ce camp, un programme de sortie a été proposé, avec tous les jours, plusieurs activités pour tous les niveaux et pour tous les goûts. De quoi satisfaire tout le monde : randonnée facile, haute randonnée, randonnée nocturne, via ferrata, escalade, alpinisme, canyoning. Ces sorties étant, bien entendu, encadrées par les initiateurs de Frouzins Montagne.

Nous étions très nombreux (46 personnes si mes souvenirs sont bons), mais grâce une bonne organisation, chacun a pu se répartir dans différents groupes.

Après chaque journée sportive, une soirée conviviale autour d'un repas était organisée au camping pour profiter des soirées estivales et échanger sur les émotions de la journée et préparer le lendemain .

Valérie et moi même tenions à remercier vivement toutes les personnes qui nous ont permis de participer durant 4 jours à ce séjour dans une ambiance conviviale et nous ont initié à ces nouvelles activités en toute sécurité.

Le soleil nous a accompagné pendant tout notre séjour !

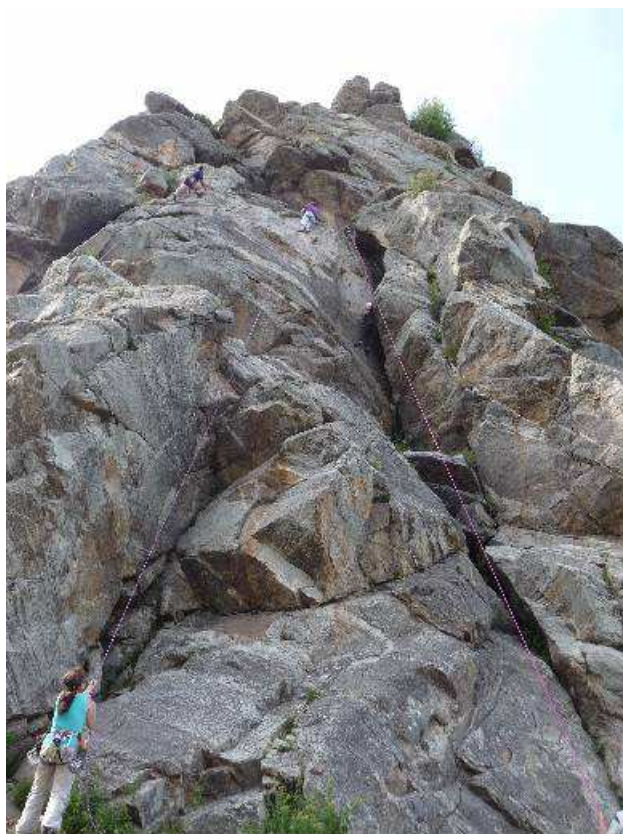
Le premier jour : Nous avons opté pour une demi-journée d'initiation à l'escalade. L'apprentissage s'est effectué sur le « rocher école » de St Pierre dels Forcats. Le site est magnifique et très bien adapté pour une progression régulière. Bien que soit un séance d'initiation, tous ne découvraient pas l'escalade. Les débutants ont profité des bons conseils des plus initiés. Chacun a pu évoluer à son rythme, mais au final, même les débutants ont réussi à monter la dernière voie d'escalade préparée par Jean. Merci à toi Jean, de nous avoir fait dépasser ce que nous croyions être nos limites ! Cet après-midi m'a permis de me re-familiariser avec ce sport et de retrouver les automatismes, et a permis à Valérie de le découvrir. Je crois bien qu'à la fin de la journée, très motivées par nos exploits, nous parlions déjà de nous entraîner dès la rentrée à Altissimo !



L'apprentissage est parfois délicat !



Mais cela porte vite ses fruits !



Grâce à la patience des encadreurs, nous avons eu la sensation de nous dépasser, de donner le meilleur de nous même, ceci dans une ambiance très sympathique . Vous nous avez donné l'envie de continuer !

Compte rendu : Muriel et Valérie