

désescalade

Economie

élargir le champ
visuel

Objectifs

Lecture/
mémorisation

Technique

But du jeu

escalader puis désescalader

Caractéristique
du support

voie ou bloc

Système de points

la hauteur atteinte est validée si le passage
est désescaladé

Consignes
techniques

regarder ses pieds jusqu'à la pose

Evolutions possibles

prendre en mains uniquement les prises de
pieds