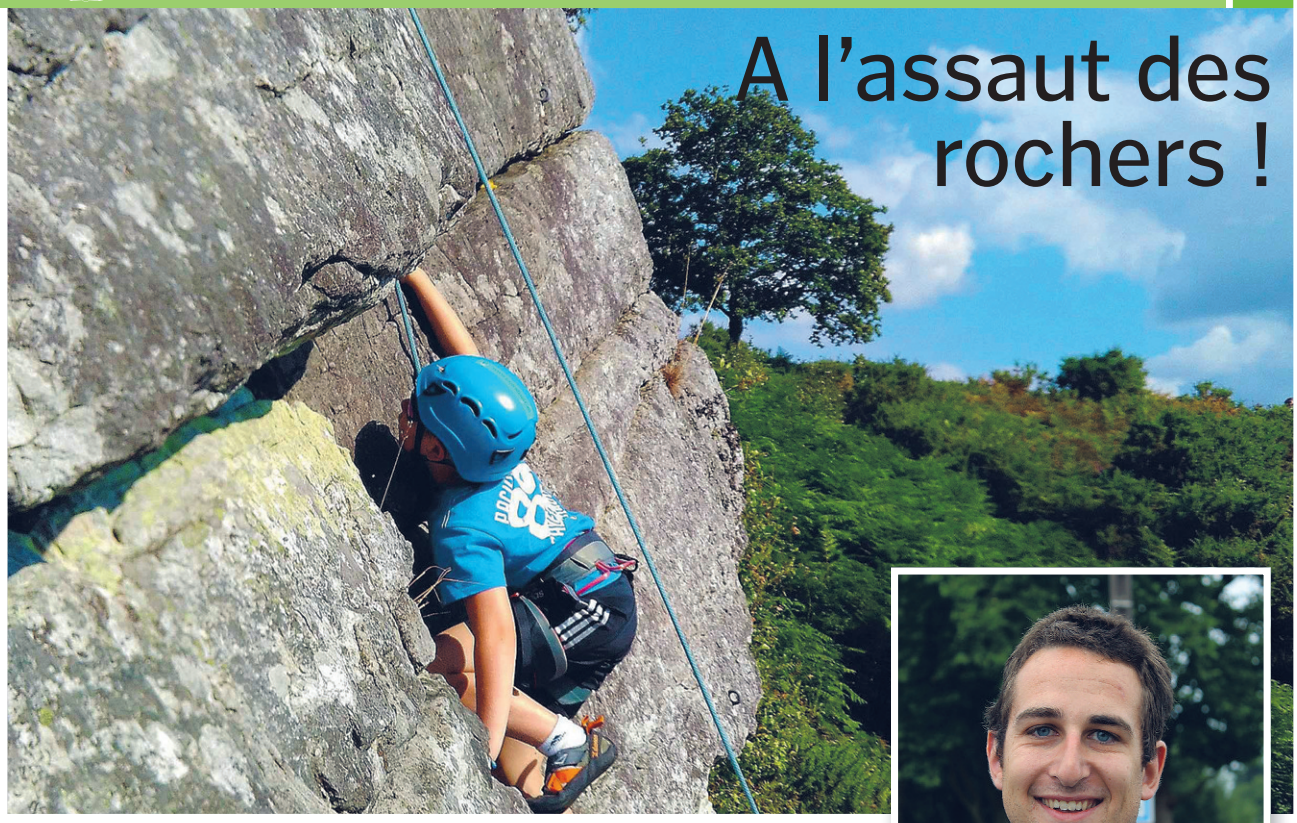
A l'assaut des rochers !



Le Mortainais offre de nombreux endroits qui se prêtent à l'escalade, pour tous les niveaux.

Adrien Bourget, moniteur d'escalade diplômé d'état, concocte des parcours d'escalade adaptés à chacun.

Les offices de tourisme locaux ont surnommé le mortainais "Les montagnes du Mont-Saint-Michel". À une poignée de kilomètres de la mer, pour ceux qui préfèrent conquérir des sommets plutôt qu'aller à la rencontre des vagues, elles offrent de beaux sites d'escalade. "*Il y a toutes sortes de difficultés de grimpe, qu'on soit débutant ou grimpeur confirmé*", assure Adrien Bourget. Le moniteur d'escalade propose différentes formules, en fonction du niveau et des envies de chacun, pour monter à l'assaut des éperons rocheux du Mortainais. Comme par exemple à la petite cascade de Mortain. Au bout d'un petit chemin forestier, on arrive au pied d'un massif qui, s'il n'est pas aussi haut que ceux qu'on peut trouver dans une chaîne de montagnes, n'en est pas moins impressionnant.

Pour grimper, on ne peut pas se fier à la force brute, il faut faire preuve de finesse et d'observation.

Il faut d'abord s'équiper : baudrier, chaussons d'escalade, casque, rien n'est laissé au hasard. Le moniteur explique comment bien faire le "nœud de 8" pour s'attacher, les bonnes pratiques à avoir pour assurer son partenaire d'escalade et, surtout, comment monter : "*Il faut s'appuyer sur les pieds et pas tirer avec les bras. L'escalade demande de la finesse et de la réflexion, on ne peut pas se contenter de force brute*", ajoute Adrien Bourget. Une fois équipé et bien informé, il est temps de grimper !

Les premières prises ne sont pas faciles à trouver, il faut accepter de faire reposer son poids sur la pointe de ses pieds, mais une fois le bon mouvement trouvé, l'ascension commence. Certains passages sont plus difficiles. Le moniteur, à l'autre bout de la corde, a une vue différente sur les prises et donne des conseils : "*Un peu plus à gauche ! N'hésite pas à te décaler...*" Une fois arrivé en haut, ou au moins à la hauteur désirée, il est temps de descendre. Pas toujours simple de "s'asseoir" dans le vide pour descendre en rappel mais une fois le mouvement compris et assimilé, ça de fait tout seul !

Pour les amateurs de sensations, il est possible de pique-niquer en haut d'une aiguille avec une vue époustouflante sur le paysage ou encore de grimper en nocturne, sous les projecteurs.

PRATIQUE

Sites d'escalade

Dans le Mortainais, plusieurs sites rocheux se prêtent à l'escalade comme la petite cascade de Mortain ou la Fosse Arthour à Saint-Georges-de-Rouelley.

Tarif et contact

Le tarif de base est de 80 € pour 6 personnes. Pour des informations complémentaires : 06 33 47 67 32