



la + haute salle de France
CLIMBING MULHOUSE CENTER
votre complexe d'escalade indoor & outdoor

25m
de haut

à partir de
3 ans

2 000m²
dont 400m² de blocs

240 voies
à cordes

mur de vitesse
officiel - homologué IFSC

TEAM BUILDING

21 RUE DES BRODEUSES - 68200 MULHOUSE

CONTACT@CMC68.FR - +33 (0)3 67 23 02 69

RETROUVEZ-NOUS SUR



WWW.CMC68.FR

LUNDI AU VENDREDI - 10H / 23H

SAMEDI - 10H / 21H

DIMANCHE ET JOURS FÉRIÉS - 10H / 19H



LE TEAM BUILDING CHEZ CMC C'EST

Créer et Renforcer des liens
Des moments pour s'écouter et souder l'esprit d'équipe
Améliorer la confiance et la communication

Notre équipe d'encadrants professionnels sera là pour vous guider lors de ce moment sportif et ludique. Puis vous pourrez partager un verre ou un repas dans notre espace bar/restaurant. Notre complexe est privatisable suivant vos besoins.

Construisions ensemble ce temps fort de cohésion avec vos collaborateurs !

CONTENU DE LA SEANCE

- Echauffement collectif spécifique à l'escalade
- Initiation à la pratique du bloc avec des mises en situation spécifiques pour apprendre à résoudre des problèmes et trouver des solutions collectivement
- Initiation à l'escalade sur murs à cordes (introduction du matériel d'escalade et de son utilisation), pratique de différentes mises en situation afin de mettre en lumière l'importance du rapport de confiance à l'autre (aux autres) et de son impact direct sur les résultats obtenus (collectifs et personnels) dans la réalisation de projets
- Assouplissements et retours des participants sur la séance

SUJETS ABORDES DANS LES MISES EN SITUATION

- Assurage de son partenaire : utilisation du matériel, confiance, lâcher prise
- Réalisation d'une voie : observation, prise de décision, tactique, progression/cheminement
- Gestuelle et placement : technique, équilibre, souplesse, sensations internes
- Prise de décision et prise de risque : détermination, audace, innovation, courage, anticipation
- Déséquilibres et passages délicats

informations et demande de devis par mail contact@cmc68.fr

