

# Sport et handicap – Compensation: Jardin d'escalade

L'escalade en hauteur, puis à l'horizontale, c'est possible! Se hisser le long des perches ou se tracter vers l'avant avec des charges supplémentaires stimulent avantageusement des élèves aux capacités différentes.

Certains montent aux perches verticales ou obliques. D'autres, assis sur leur fauteuil roulant, un morceau de tapis ou une planche à roulettes, se tractent en direction du mur à l'aide d'une corde fixée aux espaliers ou à une barre.

Un camarade, assis sur un morceau de tapis, augmente la résistance en s'accrochant au fauteuil. Qui atteint une certaine hauteur/distance le plus rapidement?



## Variante

- Le «grimpeur horizontal» joue le rôle du chronomètre. Dès qu'il a rejoint la ligne d'arrivée, les grimpeurs à la perche s'arrêtent et comparent leurs hauteurs respectives.

**Remarque:** Une roue d'appoint fixée à l'arrière du fauteuil roulant empêche la bascule involontaire vers l'arrière.

**Matériel:** Cordes, perches, morceaux de tapis, planches à roulettes

Source: Stefan Häusermann



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO