



INICIACIÓN A LA ESCALADA DEPORTIVA

INFORMACIÓN

- Lugar: Norte de Palencia (Gama, Ligüerzana o Guardo). Una primera jornada en rocódromo y otra en roca si la meteo es favorable.
- Duración: Dos jornadas de 7 horas.
- Participantes: de 1 a 6 personas por guía
- Precios: 150€/persona

OBJETIVOS

- Conocer el material necesario para escalada deportiva.
- Aprender a escalar y asegurar tanto de 1º como de 2º de cuerda.
- Adquirir los conocimientos necesarios para escalar vías de un largo equipados de manera segura y autónoma.

MATERIAL NECESARIO

- Ropa adecuada para realizar la actividad y a la climatología del día de la actividad.
- Gafas de sol, protector solar.
- Calzado deportivo adecuado.
- 1'5 litros de agua por persona.
- Comida para picar durante la actividad.
- Material de escalada personal si se dispone de ello.
- Mochila con capacidad suficiente para transportar todo lo anterior.
- Documentación.

CONTENIDOS

- Cuidado y respeto del medio
- Nociones básicas de seguridad.
- Nudos básicos.
- Uso del material técnico y específico
- Técnica gestual básica
- Técnica de aseguramiento tanto de primero como de segundo
- Escalada de primero y en top-rope.
- Distintos tipos de anclajes y chapajes.
- Maniobra de descuelgue cerrado
- Croquis y catalogación de dificultad de las vías.
- Plegado de cuerdas.

MATERIAL RECOMENDADO

- Casco de escalada
- Arnés de escalada
- Pies de gato

En caso de no disponer algo del material específico de escalada, se prestará todo lo necesario el día de la actividad para poder desarrollar el curso.

REQUISITOS MÍNIMOS

No se necesitan conocimientos previos de escalada para realizar el curso, solamente ganas de aprender y disfrutar con un nuevo deporte. En caso de haber practicado la escalada alguna vez y quieras refrescar o actualizar tus conocimientos este es tu curso.

INCLUYE

- Guía de Montaña titulado. TD2 Escalada en roca
- Seguro de Accidentes
- Seguro de Responsabilidad Civil
- Asesoramiento técnico
- Material colectivo de seguridad
- Reportaje fotográfico

NO INCLUYE

- Transporte de los participantes
- Gastos imprevistos
- Todo lo no indicado en el apartado anterior

OBSERVACIONES

Se podrá suspender/aplazar el curso, si las condiciones meteorológicas no son las adecuadas para realizar el curso.

Los participantes tendrán derecho a la devolución de las cantidades abonadas de los cursos aplazados/suspendidos no realizados.

La edad mínima para inscribirse es a partir de los 18 años o de 16 años con autorización de los padres o tutor legal.

Se devuelve el 100% de lo abonado en caso de no asistir por enfermedad debidamente justificada.

En caso de que el número de alumnos no llegase al mínimo, se informará a los participantes de cómo se actuará.

+ INFORMACIÓN EN WWW.LUISCRESPOFERNANDEZ.COM O EN
LUISCRESPOGUIAMONTANA@GMAIL.COM