



**C.E.M. D'ESCALADA CLIMBAT LA FOIXARDA**

## **TALLER DE CAIGUDES**

### **QUÈ ÉS I A QUI VA DIRIGIT**

Va dirigit a escaladors i escaladores que vulguin aprendre més sobre les caigudes, confiar en el material i posar-ho en pràctica. Les sessions s'enfoquen tant en les caigudes de corda com de bloc.

### **REQUISITS**

És important tenir domini del dispositiu de seguretat per poder aprofitar al màxim les sessions.

### **OBJECTIUS**

**Sessió 1:** Conèixer els 4 rols de l'escalada + Escalar de segon i caigudes de segon.

**Sessió 2:** Tipus de corda i dinamitzar + Escalar de segon i caigudes de segon.

**Sessió 3:** Errors comuns + Caigudes de primer (progressives).

**Sessió 4:** El porter i el crashpad + Caigudes en bloc i ubicació del crashpad.

### **HORARIS**

Els tallers de caigudes es realitzen els dilluns i dimecres de 19:00 a 20:30 durant dues setmanes seguides. Un total de 4 sessions de 90 minuts cada una. Deixa el teu contacte a la recepció del centre i t'avisarem quan s'iniciï el teu taller.

\*Participants: mínim 6 persones inscrites i màxim 8 persones per curs.

### **TARIFES**

<b>SOCI</b>	<b>NO SOCI</b>
<b>30€/mes</b>	<b>40€/mes</b>

### **INCLOU**

- Monitors titulats
- Cordes i dispositius de seguretat
- Peus de gat
- Casc
- Arnés



CEM Climbat La Foixarda



93 292 54 80



[tecnicafoix@climbat.com](mailto:tecnicafoix@climbat.com)



Climbat.com



C.E.M. D'ESCALADA CLIMBAT LA FOIXARDA

## TALLER DE CAIGUDES

### CONDICIONS

Els cursos són tancats i amb dates fixades. En el cas d'absència, la sessió no podrà ser recuperada. Els participants no socis, podran entrar i sortir de la instal·lació 15 minuts abans i després de la seva hora de sessió per fer ús dels vestidors, sota cap cas per a continuar escalant.



CEM Climbat La Foixarda



93 292 54 80



[tecnicafaix@climbat.com](mailto:tecnicafaix@climbat.com)



Climbat.com