



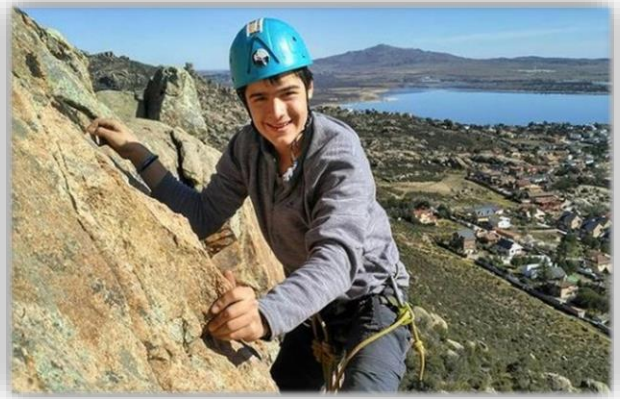
CLIMBAT NATURE

INICIACIÓN A LA ESCALADA DEPORTIVA

En este curso te formarás desde los inicios de la escalada deportiva, con el fin de aunar las maniobras básicas de la escalada deportiva y que te facilitarán una práctica autónoma y segura. Este primer contacto te dejará con la sensación de querer seguir aprendiendo mucho más y disfrutar del ocio y tiempo libre a través de la escalada. Por todo ello, no es necesario que tengas ninguna experiencia previa con este deporte.

Objetivo

Aprender de una manera lúdica las maniobras básicas de la escalada deportiva, para poder escalar con seguridad y autonomía en la montaña.



Contenidos

- Conocer el material básico y su uso
- Aprender la cabuyería básica de escalada deportiva
- Escalar y asegurar en top-rop
- Escalar y asegurar de primero de cuerda
- Hacer descuelgues desde reuniones abiertas y cerradas
- Dinamizar caídas y aprender a caer
- Abandonar una vía con seguridad

A quién va dirigido

A cualquier persona que no haya practicado nunca la escalada deportiva o que, aunque lo haya hecho de manera aislada quiere aprender todos los pasos necesarios para hacer de la escalada una práctica segura y divertida. No es necesaria ninguna condición física especial. En el caso de padecer alguna enfermedad que pueda influir negativamente en el desarrollo de la actividad, se deberá comunicar al técnico.





CLIMBAT NATURE

INICIACIÓN A LA ESCALADA DEPORTIVA

Duración y lugar del curso

El curso se llevará a cabo en la sierra de Madrid, y dependerá de la época del año y de la meteorología el lugar definitivo de práctica. Algunos lugares posibles de práctica serán: La Pedriza, Patones, el Vellón, Torrelozanes o San Martín de Valdeiglesias.

El curso tiene una duración de dos días e iniciará con la quedada a las 8:00 en el aparcamiento más cercano al lugar definitivo de práctica, que se detallará con la mayor antelación posible.



Material incluido

- Todo el material específico de escalada personal (arnés y pies de gato)
- Todo el material colectivo de práctica (cuerdas, mosquetones, dispositivos de seguridad...)

Material necesario

- Mochila mediana para llevar comida, agua y material personal
- Ropa deportiva cómoda adaptada a la meteorología del momento
- Material personal de escalada (si tienes), como pies de gato, arnés, casco...
- Crema solar y gafas de sol

Que incluye (SÍ) y que no (NO) el precio del curso

- Técnico deportivo de escalada (SÍ)
- Servicio de guía de escalada de AEGM (SÍ)
- Seguro de responsabilidad civil del guía (SÍ)
- Seguro de accidentes (SÍ)





CLIMBAT NATURE

INICIACIÓN A LA ESCALADA DEPORTIVA

- Todo el material necesario específico de escalada deportiva (SÍ)
- Transporte hasta el aparcamiento de quedada más cercano al lugar de práctica (NO)
- Alojamiento necesario de los participantes que lo requieran (NO)

Debéis tener presente que el lugar y hora del curso/actividad puede variar en función de las condiciones meteorológicas y del terreno. Trabajamos para ofrecer actividades de calidad y seguras.

Para más dudas: nature.madrid@climbat.com

