



## Escalada clásica

### Iniciación:

**A quien va dirigido:** a personas que escalan asiduamente como primero de cordada y quieren iniciarse en el terreno de aventura.

**Requisitos mínimos:** tener un nivel mínimo de V + escalando como primero de cordada.

**Objetivo del curso:** escalar vías multi-largos equipadas, como primero de cordada con seguridad y autonomía.

**Contenidos:** técnicas de progresión en pared, escalada de primero, seguros naturales, montaje de reuniones, sistemas para asegurar al primero y al segundo, factor de caída, fuerza de choque, doble cuerda, montaje de rápeles, interpretación de reseñas, material y equipo, nudos, conceptos básicos de seguridad, etc.



**Material aportado por el alumno:** pies de gato, arnés, aparato asegurador tipo Reverso, 10 cintas exprés, 1 cuerda dinámica doble, casco, 5 mosquetones de seguridad (mínimo 2 HMS), 2 cordinos de 1,5 m de 7mm, 2 anillos de cinta cosida de 60cm, 1 anillo de cinta cosida de 120cm, un mazo de 7mm homologado.

Ropa de deporte y de abrigo, agua y comida para la jornada, mochila de 30 lt. aprox.

**Duración:** 2 días (14h efectivas).

**Ratío:** un técnico titulado / cuatro alumnos.

**Precio:** desde 150€/pax

**Incluye:** seguro, técnico / guía titulado, material adicional para realizar la actividad.

**Época:** todo el año.



## **Avanzado:**

**A quien va dirigido:** a aquellas personas que ya se ha iniciado en el terreno de aventura, y escalan habitualmente vías de varios largos equipadas como primero de cordada.

**Requisitos mínimos:** tener un nivel mínimo de V + escalando como primero de cordada.

**Objetivo del curso:** escalar vías de varios largos de autoprotección, como primero de cordada con seguridad y autonomía.



**Con Contenidos típicos:** técnicas de progresión en pared, progresión con estribos, escalada de primero, seguros naturales, seguros móviles (flotantes), montaje de reuniones, sistemas para asegurar al primero y al segundo, factor de caída, fuerza de choque, doble cuerda, montaje de rápeles, maniobras con cuerdas, interpretación de reseñas, material y equipo, nudos, protocolos de seguridad, etc.

**Material aportado por el alumno:** pies de gato, arnés, aparato asegurador tipo Reverso, 10 cintas exprés, 1 cuerda dinámica doble, casco, 5 mosquetones de seguridad (mínimo 2 HMS), 2 cordinos de 1,5 m de 7mm, un cordino de 5m y 7mm, 2 anillos de cinta cosida de 60cm, 1 anillo de cinta cosida de 120cm, un mazo de 7mm homologado.

Ropa de deporte y de abrigo, agua y comida para la jornada, mochila de 30 lt. aprox.

**Duración:** 2 días (14h efectivas).

**Ratío:** un técnico titulado / cuatro alumnos.

**Precio:** desde 150€/pax

**Incluye:** seguro, técnico / guía titulado, material adicional para realizar la actividad.

**Época:** todo el año.