



Escalada clàssica

Iniciació:

A qui va adreçat: a persones que escalen assíduament com a primer de cordada i volen iniciar-se en el terreny d'aventura.

Requisits mínims: tenir un nivell mínim de V+ escalant com a primer de cordada.

Objectiu del curs: escalar vies multi-largs equipades, com a primer de cordada amb seguretat i autonomia.

Continguts: tècniques de progressió en paret, escalada de primer, assegurances naturals, muntatge de reunions, sistemes per assegurar al primer i al segon, factor de caiguda, força de xoc, doble corda, muntatge de ràpels, interpretació de ressenyes, material i equip, nusos, conceptes bàsics de seguretat, etc.



Material aportat per l'alumne: peus de gat, arnés, aparell assegurador tipus Reverso, 10 cintes exprés, 1 corda dinàmica doble, casc, 5 mosquetons de seguretat (mínim 2 HMS), 2 cordinos de 1,5 m de 7mm, 2 anells de cinta cosida de 60cm, 1 anell de cinta cosida de 120cm, un malló de 7mm homologat.

Roba d'esport i d'abric, aigua i menjar per a la jornada, motxilla de 30l aprox.

Duració: 2 dies (14h efectives).

Ràtio: un tècnic titulat/ quatre alumnes.

Preu: des de 150€/pax

Inclou: assegurança, tècnic/guia titulat, material addicional per a realitzar l'activitat.

Època: tot l'any.



Avançat:

A qui va adreçat: a aquelles persones que ja s'han iniciat en el terreny d'aventura, i escalen habitualment vies de varis llargs equipades com a primer de cordada.

Requisits mínims: tenir un nivell mínim de V+ escalant com a primer de cordada.

Objectiu del curs: escalar vies de varis llargs d'autoprotecció, com a primer de cordada amb seguretat i autonomia.



Continguts: tècniques de progressió en paret, progressió amb estreps, escalada de primer, assegurances naturals, assegurances mòbils (flotants), muntatge de reunions, sistemes per assegurar al primer i al segon, factor de caiguda, força de xoc, doble corda, muntatge de ràpels, maniobres amb cordes, interpretació de ressenyes, material i equip, nusos, protocols de seguretat, etc.

Material aportat per l'alumne: peus de gat, arnés, aparell assegurador tipus Reverso, 10 cintes exprés, 1 corda dinàmica doble, casc, 5 mosquetons de seguretat (mínim 2 HMS), 2 cordinos de 1,5 m de 7mm, un cordino de 5m i 7mm, 2 anells de cinta cosida de 60cm, 1 anell de cinta cosida de 120cm, un malló de 7mm homologat.

Roba d'esport i d'abric, aigua i menjar per a la jornada, motxilla de 30l aprox.

Duració: 2 dies (14h efectives).

Ràtio: un tècnic titulat/ quatre alumnes.

Preu: des de 150€/pax

Inclou: assegurança, tècnic/guia titulat, material addicional.

Època: tot l'any.