

INICIACIÓN ESCALADA DEPORTIVA



**Outdoor
Climb**

➔ **LUGAR DE CELEBRACIÓN** | **BURGOS Y ALREDEDORES**

➔ **IMPARTE** | **OUTDOOR CLIMB**

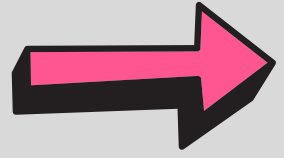
➔ **NIVEL NECESARIO PARA REALIZAR EL CURSO** | **DESDE NO HABER ESCALADO NUNCA Y QUERER INICIARSE HASTA RECICLARSE EN CONOCIMIENTOS**

➔ **MATERIAL NECESARIO** | **ARNÉS, CASCO Y PIES DE GATO. SINO SE DISPONE DE MATERIAL PODEMOS ALQUILARTE LOS PIES DE GATO Y DEJARTE EL MATERIAL DE SEGURIDAD**

➔ **DURACIÓN** | **12 HORAS, DISTRIBUIDOS GENERALMENTE EN UNA JORNADA COMPLETA Y MEDIA JORNADA**

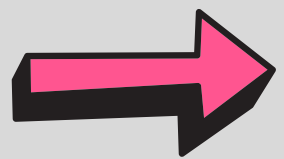
➔ **TARIFAS** | **129 €/PAX**
INCLUYE GUÍA, SEGURO DE RC Y DE ACCIDENTES.
NO INCLUYE: DESPLAZAMIENTOS, DIETAS, Y COSTES DERIVADOS DE LA ACTIVIDAD

➔ **OBSERVACIONES** | **SE PODRÁ SUSPENDER/APLAZAR EL CURSO, SI LAS CONDICIONES METEOROLÓGICAS NO SON LAS CONFORMES PARA REALIZAR EL CURSO.**
LOS ALUMNOS 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, Y DE 16 CON AUTORIZACIÓN DE LOS PADRES O TUTOR LEGAL. SE DEVUELVE EL 100% DE LO ABONADO EN CASO DE NO ASISTENCIA POR ENFERMEDAD DEBIDAMENTE JUSTIFICADA.
***EN CASO DE SER MENOR EL NUMERO DE ALUMNOS O EXCEDERSE, SE INFORMARÁ A LOS MIEMBROS DE COMO SE ACTUARÁ.**



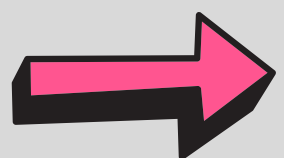
OBJETIVOS

- ESCALAR VÍAS EQUIPADAS CON DESCUELGUE.**
- DESCENDER EN RAPEL AUTOASEGURADO.**
- REPASO Y RECICLAJE PARA ESCALADORES DE DEPORTIVA.**
- FORMAR A AFRONTAR UNA TREPADA USANDO MATERIAL TÉCNICO.**
- CONOCIMIENTOS DEL MATERIAL PARA ESTA DISCIPLINA DEPORTIVA.**
- DISFRUTAR ESCALANDO MINIMIZANDO TODOS LOS RIESGOS POSIBLES.**



CONTENIDOS

- MATERIAL PARA LA ESCALADA DE VÍAS EQUIPADAS.**
- TÉCNICA GESTUAL DE LA ESCALADA, ENTRENAMIENTO DE ESCALADA.**
- LA CADENA DE SEGURIDAD: DEFINICIÓN, ELEMENTOS Y FUNCIONAMIENTO.**
- EL FACTOR DE CAÍDA Y LA FUERZA DE CHOQUE.**
- TÉCNICAS DE ASEGURAMIENTO AL COMPAÑERO.**
- DESCUELQUES: DEFINICIÓN, CARACTERÍSTICAS Y FUNCIONALIDAD.**
- RAPEL AUTOASEGURADO.**
- CROQUIS Y CATALOGACIÓN DE LA DIFICULTAD.**



EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO

- ROPA DEPORTIVA PARA ESCALAR ADECUADA A LA ÉPOCA DEL AÑO.**
- COMIDA Y AGUA.**
- MOCHILA. SE RECOMIENDA POCA/MEDIA CAPACIDAD ATAQUE (20-30 L APROX.)**
- BOTAS DE TREKKING O DEPORTIVOS PARA LA APROX. A LAS PAREDES.**