

## ● OBJETIVOS

PERFECCIONAR Y APRENDER LAS HERRAMIENTAS DE SEGURIDAD PARA UNA PROGRESION DEPORTIVA AVANZADA Y SEGURA.

## ● CONTENIDOS

- NUDOS Y ANCLAJES.
- TECNICAS Y MANIOBRAS DE SEGURIDAD AVANZADAS.
- GESTUALIDAD Y MOVIMIENTOS AVANZADOS.
- ASEGURAMIENTO DE CAIDAS.
- GESTION DE LAS CAIDAS DE PRIMERO DE CUERDA.

## ● MATERIAL OBLIGATORIO

- ARNÉS, CASCO Y PIES DE GATO.
- MOCHILA DE 40L.
- COMIDA AGUA Y PROTECCIÓN SOLAR.
- APARATO ASEGURADOR SEMIAUTOMATICO.
- 10 CINTAS EXPRES.
- CUERDA SIMPLE DE 60/70M.

## ● REQUISITOS MINIMOS

- NO SE NECESITA EXPERIENCIA PREVIA

## ● RATIOS

- MÍNIMO 1/3.
- MÁXIMO 1/10.