

# INICIACIÓN A LA ESCALADA EN ROCA EN VÍAS EQUIPADAS DE UN LARGO 2024



## DIRIGIDO A

- *DEPORTISTAS QUE QUIEREN DESARROLLAR AUTONOMÍA EN LAS TÉCNICAS DE ASEGURAMIENTO DE LA ESCALADA DE UN LARGO BIEN EQUIPADAS*

## OBJETIVOS

- *INICIARSE EN LAS TÉCNICAS DE ASEGURAMIENTO Y PROGRESIÓN EN VÍAS DE ESCALADA BIEN EQUIPADAS DE UN LARGO.*

## CONTENIDOS

- *INTRODUCCIÓN A LA ESCALADA. LAS ZONAS DE ESCALADA.*
- *MATERIAL BÁSICO DE ESCALADA.*
- *TÉCNICA GESTUAL EN LA ESCALADA.*
- *MANIOBRAS BÁSICAS DE CUERDA.*
- *ESCALADA EN TOP-ROPE Y DE PRIMERO.*
- *ASEGURAMIENTO A UN PRIMERO Y A UN SEGUNDO DE CUERDA.*
- *GRADUACIONES Y RESEÑAS.*

# INICIACIÓN A LA ESCALADA EN ROCA EN VÍAS EQUIPADAS DE UN LARGO 2024



## LA CUOTA DE INSCRIPCIÓN INCLUYE

- *CERTIFICADO Y PROFESORADO.*

## CERTIFICACIÓN

- *SERÁ OBLIGATORIA LA ASISTENCIA AL 100% DEL CURSO.*

## DURACIÓN

- *FIN DE SEMANA*

## REQUISITOS

- *NO SE NECESITA EXPERIENCIA PREVIA.*

# INICIACIÓN A LA ESCALADA EN ROCA EN VÍAS EQUIPADAS DE UN LARGO 2024



## MATERIAL NECESARIO POR PARTICIPANTE

- *ARNÉS, CASCO Y PIES DE GATO*
- *10 CINTAS EXPRES*
- *CUERDA SIMPLE 60/80M.*
- *ASEGURADOR PARA CUERDAS SIMPLE*
- *COMIDA, AGUA Y PROTECCIÓN SOLAR*

## PLAZAS LIMITADAS A

- *MÍNIMO 3 / MÁXIMO 8 PARTICIPANTES*

## ¡RECUERDA!

- *SI ERES UN CLUB FEMECCV O ASOCIACIÓN DE PERSONAS, PUEDES SOLICITAR LA PERSONALIZACIÓN DE UN CURSO, CON UN PRECIO REDUCIDO Y TÉCNICOS EVAM. PIDE TU PRESUPUESTO.*
- *PARA PONERTE EN CONTACTO CON LA ESCUELA PARA SOLICITAR PRESUPUESTO PARA TU GRUPO, REALIZAR CONSULTAS SOBRE LOS DESCUENTOS, CURSOS, PRECIOS, DUDAS... :*

ESCRIBIR UN CORREO A: [EVAM@FEMECCV.COM](mailto:EVAM@FEMECCV.COM)  
LLAMAR POR TELÉFONO A 965 439 747