

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



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.

CERTIFICACIÓN

- Será obligatoria la asistencia al 100% del curso.

DURACIÓN

- FIN DE SEMANA

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



PLAZAS LIMITADAS A

- Mínimo 4 / Máximo 8 participantes

REQUISITOS

- No se necesita experiencia previa.

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

DOMINA LA MONTAÑA:
APRENDE, PROGRESA Y
DISFRUTA **CON LA EVAM**

Descubre más

Para más información:
evam@femecv.com · 965 439 747
www.tienda.femecv.com



SÍGUENOS EN
REDES SOCIALES

