

**CURSO DE ESCALADA DE
PARED AVANZADO
VIAS EQUIPADAS Y SEMIEQUIPADAS DE
VARIOS LARGOS
30 horas**



FECHAS

- 21 y 22, 28 y 29 de Marzo de 2015.

OBJETIVOS

- Escalar vías equipadas y semiequipadas en deportiva de varios largos (máximo V+, 6a)
- Reforzar la seguridad en escalada en pared. Técnicas de seguridad, maniobras y materiales.
- Afianzar el conocimiento de los materiales idóneos para la escalada en pared.
- Repaso y reciclaje para escaladores de pared de vías equipadas.

CONTENIDOS

- Material para la escalada de vías equipadas de varios largos.
- Nudos
- El factor de caída y la fuerza de choque.
- Montaje de reuniones con equipamiento fijo en vías de varios largos.
- Asegurar al 1º y 2º de cuerda.
- Factor de caída y fuerza de choque.
- La progresión del 1º de cuerda: uso de la cuerda doble y gestión del riesgo.
- Abandono y descenso.
- Medios de fortuna.
- Croquis y catalogación de dificultad.

DESARROLLO/CALENDARIO DEL CURSO

- Sábado 21: 9:00 - 17:00 h. Teoría. Rocódromo Cagigal. Calle Auditorium, 5, - 30008 - Murcia. (Pabellón José María Cagigal).
- Domingo 22: 08:00 - 19:00 h. Prácticas. Escalada sobre paredes de varios largos (Rincón de Bonanza - Sierra de Orihuela).
- Sábado 28: 08:00 - 19:00 h. Prácticas. Escalada sobre paredes de varios largos (Peñas Blancas - Cartagena).
- Domingo 29: 08:00 - 19:00 h. Prácticas. Escalada sobre paredes de varios largos (Leiva, Sierra Espuña).

CUOTA/RATIO/PROFESORADO

- Cuota del curso por alumno: 162 euros federados (182 euros no federados)
- Ratio Profesor/Alumno: un instructor cada 2 alumnos.
- Profesorado: Instructores de Escalada o Alpinismo titulados E.M.A./F.M.R.M.

INCLUYE

- Prácticas con Instructores de Escalada o Alpinismo titulados E.M.A./F.M.R.M.

- Todo el Material necesario para el desarrollo de la actividad: cuerdas, material de escalada en pared, etc.

CONCEPTOS / GASTOS NO INCLUIDOS

- Desplazamientos a los lugares de prácticas.

EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO

- Ropa deportiva para escalar adecuada a la época del año.
- Comida y Agua.
- Mochila. Se recomienda poca/media capacidad ataque (40 litros aprox.)
- Botas de "trekking" o deportivos para la aproximación a las paredes.
- Pies de gato, arnés, casco.

EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO

- Si se dispone, llevar también como equipo personal:
 - Anillo de reunión (120cm.)
 - Anillo de cinta cosida de 60cm.
 - Cordino para autobloqueante (anillo de 60cm y \varnothing 7mm de poliamida o 5mm de kevlar.)
 - 3 mosquetones de seguridad, 1 HMS.
- En caso de carecer de este equipo personal será aportado por la FMRM para los alumnos del curso.

INSCRIPCIÓN Y REQUISITOS DE ADMISIÓN

- Escalador en activo de deportiva (vías equipadas con descuelgue).
- Escalador de nivel mínimo 6a en deportiva.
- Es necesario estar federado en la Federación de Montañismo de la Región de Murcia (F.M.R.M.), en la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (F.E.D.M.E.), o en cualquier Federación con la que exista convenio, siempre y cuando el seguro unido a la tarjeta cubra la modalidad deportiva del curso y su localización geográfica, o bien, cuando la convocatoria lo autorice, suscribir seguro de día que cubra la actividad ofertada por la misma. Si el seguro de día no es el gestionado por la FMRM, deberá presentar copia de la póliza contratada.
- Realizar la matrícula y el abono de las cuotas del curso a través de la Intranet FMRM en <http://www.fmrn.net/intranet>
- La fecha de inscripción finaliza dos días antes del inicio del curso.
- El alumno debe tener el estado de salud y la forma física adecuada que permita poder desarrollar con normalidad la actividad física convocada.

OBSERVACIONES GENERALES

- La E.M.A. podrá suspender el curso si no se cubre el número mínimo de plazas establecidas.

- La E.M.A. 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 a partir de 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.
- La asistencia al curso y desarrollo de las actividades programadas da derecho a la obtención de certificado E.M.A./F.M.R.M. que acredita la formación recibida.

MÁS INFORMACIÓN

Federación de Montañismo de la Región de Murcia.

Horario: de lunes a jueves de 19:00 a 21:00 y los viernes de 11:00 a 13:00.

Calle Francisco Martínez García, 4 bajo – 30003 Murcia.

fmmr@fmmr.net - Tlf 968 340 270 - Fax 968255372