



ESCUELA CANTABRA DE ALTA MONTAÑA
FEDERACIÓN CANTABRA DE DEPORTES DE MONTAÑA Y ESCALADA

E.C.A.M.

**CURSO DE ESCALADA
VARIOS LARGOS**

6 Y 7 DE JULIO

**INFORMATE EN
WWW.FCDME.ES**



A QUIÉN VA DIRIGIDO EL CURSO

A aquellas personas, en especial deportistas que quieran:

- Iniciarse en la escalada en roca de varios largos.
- Conocer el manejo adecuado de las herramientas y técnicas necesarias para desenvolverse en vías de varios largos.

OBJETIVOS

Realizar con autonomía y seguridad escaladas de varios largos y vías clásicas sencillas.

CONTENIDOS

Material

- Conocer el material de escalada clásica y vías de varios largos.
- Correcta elección del equipo y el material en cada actividad.

Técnicas básicas de progresión

- Interpretar un croquis.
- Reuniones.
- Uso y gestión de la doble cuerda.
- Progresión en cordada.
- Nudos básicos.
- Rapel.

REQUISITOS

- Es imprescindible estar en posesión de la licencia federativa del año en curso.
- No padecer lesión o problemas de salud que supongan riesgos en la práctica de esta actividad deportiva.
- Poseer una condición física adecuada.
- Imprescindible tener experiencia en escalada en roca deportiva (tener un buen manejo de cintas expres, gri-gri, uso básico de la cuerda, nudo de 8...etc). Las vías donde se hará el curso son muy sencillas (máximo IV), por lo que no hace falta tener mucho grado de escalada. En ese sentido es accesible a casi todo el mundo. Las vías son muy tumbadas por lo que se recomienda el uso de pies de gato MUY cómodos (incluso zapatillas en función de la soltura y grado de la persona)

LUGARES Y FECHAS

Zona de Alto Campoo. Fin de semana del 6 - 7 de Julio

HORARIOS

2 días de 6 horas por jornada (aproximadamente de 9:00 a 15:00)

INSCRIPCIÓN

El plazo para presentar solicitudes termina el día 1/06/2024, no obstante, si transcurrida esa fecha, y antes de iniciarse el curso, recibimos alguna solicitud analizaremos la posibilidad de incorporación.

Proceso de inscripción:

- Cumplimenta el formulario de inscripción [aquí](#).
- Envíanos a la dirección ecam@fcdme.es
 - Copia de la licencia federativa del año en curso.
 - Foto escaneada tipo carnet (máximo 200 Kb)
- El día de cierre de inscripción analizaremos las solicitudes presentadas y os comunicaremos si hemos recibido suficientes solicitudes para hacer el curso, y en tal caso, qué alumnos han sido inscritos según el orden en el que hayamos recibido las solicitudes.
- Una vez hayáis recibido la comunicación de estar inscritos, debéis hacer el ingreso de la matrícula en la cuenta ES98 0049 5266 81 2216037591 y enviarnos por correo electrónico copia del resguardo de ingreso antes del inicio del curso a la dirección de correo ecam@fcdme.es

MATRÍCULA

El precio de la matrícula en el curso es de 190€

¿QUÉ INCLUYE?

Incluye:

- Instructor profesional Guía AEGM de Alta Montaña
- Material colectivo: cuerdas, dispositivo de rapel y mosquetones
- Material individual: casco

No incluye:

- Transporte hasta el lugar del curso
- Alojamiento y manutención
- Vestuario adecuado, botas y material personal

NORMAS DEL CURSO

- La celebración del curso está condicionada a que exista un número suficiente de solicitudes de inscripción. El número mínimo de alumnos necesario para que el curso se celebre es de 4, el número máximo será de 5 alumnos.
- Cualquier anulación no justificada a causa de fuerza mayor con menos de 7 días de antelación, no tendrá derecho a devolución del importe de la matrícula.
- La participación de los menores de edad será posible únicamente previa autorización escrita, paterna o del tutor, presentada en persona por el responsable al instructor del curso a su inicio.
- Las fechas y el lugar de los cursos pueden ser modificadas, a criterio del instructor del curso, si las condiciones meteorológicas o el estado de la nieve así lo aconsejasen.
- El alumno debe asumir que la práctica de la escalada conlleva riesgos inherentes al medio en el que se desarrolla la actividad. Por ello, es considerado responsable de todas sus acciones, no estando obligado por tanto a efectuar aquellos ejercicios que él considere peligrosos o fuera de sus capacidades. El instructor del curso se reserva por tanto el derecho a evaluar en cualquier momento las aptitudes del alumno y apartar a éste de cualquier actividad si éstas fuesen consideradas insuficientes.
- Cualquier acción de un alumno que el instructor estime imprudente o peligrosa puede dar lugar a su exclusión inmediata del curso sin derecho a devolución de los gastos de matrícula.
- La solicitud de inscripción en el curso supone la aceptación de estas normas.

CURSO DE INICIACIÓN A LA ESCALADA CLÁSICA Y VÍAS DE VARIOS LARGOS

CONTACTO

Para dudas respecto a la inscripción, plazas libres...etc: ecam@fcdme.es

Para dudas técnicas, de material...etc: 630810912 (Pablo)



Nº Socio: 908

