

# CURSO DE INICIACIÓN A LA ESCALADA DEPORTIVA



## A QUIÉN VA DIRIGIDO EL CURSO

Este curso está dirigido a personas que tengan curiosidad por experimentar las sensaciones asociadas a la escalada deportiva en roca, o que ya practican este deporte, pero buscan ser autónomos para poder practicar esta actividad con seguridad.

## OBJETIVOS

Adquirir los conocimientos técnicos y de seguridad necesarios para comenzar a progresar en vías de dificultad baja e intermedia. Transmitir los valores y códigos éticos de la escalada, así como de respeto con el medio natural.

## CONTENIDOS

Los contenidos teórico-prácticos asociados al curso son los siguientes:

- Presentación del material y tipos de anclajes.
- Encordamiento y técnicas de Aseguramiento.
- Colocación de cinta exprés y chapaje.
- Reuniones y descuelgues.
- Técnica gestual.
- Peligros objetivos y subjetivos.
- Actuación en caso de accidente. Llamada de emergencia 112.
- Principios éticos de la escalada y de respeto con el medio.

## REQUISITOS

### A) Deportivos

Únicamente se requiere una buena condición física, y una cierta familiaridad con el entorno de montaña.

### B) Material necesario a aportar por el alumno/a

En caso de no disponer del material básico para la escalada (casco, arnés y pies de gato), este será facilitado por el instructor.

Será necesario disponer de una mochila para portar el material, ropa y calzado adecuado para la actividad, botiquín personal, comida y agua para la jornada.

## LUGAR

Escuelas de escalada deportiva en Cantabria y comunidades limítrofes, La localización exacta y horario serán facilitados dos días antes de la actividad a los participantes, en función de la meteorología.

# CURSO DE INICIACIÓN A LA ESCALADA DEPORTIVA



## HORARIOS

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

## PROCESO DE INSCRIPCIÓN

- C) Cumplimentar el formulario de inscripción [aquí](#). Una vez finalizado el formulario, será visible el número de cuenta al que realizar el ingreso.
- D) Enviar a [info@fcdme.es](mailto:info@fcdme.es) el resguardo del ingreso realizado.  
(NOTA: La inscripción no se formalizará hasta que no haya sido enviado el resguardo del pago realizado).
- E) Tras cumplir con los requisitos indicados, y en orden de inscripción hasta alcanzar el número máximo de participantes, se os contactará a través de número de whatsapp o, en su defecto, correo electrónico, para compartir la información sobre lugar y hora de comienzo del curso.

## PRECIO

- Personas federadas en la Federación Cantabra de Montaña y Escalada (año actual): **135€**.
- Personas federadas en montaña, pero en otra CCAA: **150€**.

### ¿Qué incluye?

- Certificado de aprovechamiento.
- Guía de escalada profesional titulado.
- Seguro RC.
- IVA.

### ¿Qué no incluye?

- Transporte hasta el lugar del curso.
- Alojamiento y manutención.

# CURSO DE INICIACIÓN A LA ESCALADA DEPORTIVA



## 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 6 alumnos.
- La cancelación del curso es susceptible a: cambios meteorológicos repentinos no previstos; condición física inadecuada de los participantes; incidente derivado de una enfermedad no notificada previamente por los participantes.
- Las fechas y el lugar de los cursos pueden ser modificadas, a criterio del instructor del curso, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejaran.
- 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.
- La solicitud de inscripción en el curso supone la aceptación de estas normas.

## CONTACTO

Para dudas respecto al proceso de inscripción: [info@fcdme.es](mailto:info@fcdme.es)

Para dudas sobre el desarrollo del curso: [ecam@fcdme.es](mailto:ecam@fcdme.es)

