



Miembro de la Federación de Montaña, escalada y senderismo de Castilla y León

Club Montañeros de Pradoluengo

C/ San Roque, 23 - 09260 – Pradoluengo (Burgos)
Tfno.: 619 675 111 • info@cmpradoluengo.org • www.cmpradoluengo.org

CURSO DE ESCALADA (INICIACIÓN II) **Pradoluengo - Pancorbo (Burgos)**

DÍAS: 6 y 7 de mayo.

LUGAR Y HORA DE SALIDA:

- Burgos (Parking de ALCAMPO): **7:30 horas**. Se confirmará con suficiente antelación.

LUGAR Y HORA DE CONCENTRACIÓN:

- A determinar en función del número y nivel de los participantes y de la climatología. Además algunas zonas de escalada están sujetas a reglamentación por nidificación de especies protegidas. Podría ser en Pancorbo y/o Garganchón: **8:30 horas**.

CONTENIDO DEL CURSO:

Día 6 y 7 : Clases teórico – Prácticas.

- Material 1 (conocer sus características y su correcta utilización)
- Nudos (nudos básicos para el inicio de la escalada)
- Material 2 (colocación y preparación para la escalada)
- Escalada (aseguración y técnica de escalada ,trepar y destrepar)
- Cuerdas (cuidados, revisión y plegados según empleo o transporte)
- Progresión en cordada.
- Material de progresión, (seguros semipermanentes)
- Escalada aseguramiento dinámico
- Progresión por cuerda con medios de fortuna.
- Vías Ferratas: Material, progresión y consejos técnicos.
- Pasamanos.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

Día 6: Clases teórico - prácticas por la mañana y por la tarde.

Día 7: Clases teórico - prácticas por la mañana.

LUGAR DE IMPARTICIÓN:

- A determinar en función del número y nivel de los participantes y de la climatología. Además algunas zonas de escalada están sujetas a reglamentación por nidificación de especies protegidas. Podría ser en Pancorbo y/o Garganchón

La impartición del curso estará a cargo de:

Guías de Alta Montaña de la empresa Aragón Aventura.

ACEPTACIÓN PREVIA DE LA NORMATIVA DEL CLUB Y DEL RIESGO ASOCIADO A LA ACTIVIDAD:

La inscripción y/o pago de la actividad informa de la aceptación por parte del participante de la normativa básica del Club recogida en la web <http://www.cmpradoluengo.org/normativa.html> y de la aceptación previa del riesgo asociado a esta actividad, asumiendo el participante los apartados recogidos en el punto 10 <http://www.cmpradoluengo.org/normativa.html#Punto10> de la referida normativa.

MATERIAL NECESARIO:

- El material específico **necesario** es: casco, arnés, pies de gato, 2 mosquetones de seguridad, 2 anillos cosidos de 60cm y de 120cm, un coordinado de 7mm y de 1,2mts de longitud, reverso o similar.
Nota: La organización podrá proporcionar algún material a los participantes que no dispongan del mismo y nos lo comuniquen previamente.



Miembro de la Federación de Montaña, escalada y senderismo de Castilla y León

Club Montañeros de Pradoluengo

C/ San Roque, 23 - 09260 – Pradoluengo (Burgos)
Tfno.: 619 675 111 • info@cmpradoluengo.org • www.cmpradoluengo.org

OPCIONAL: (Indicar a la organización el material de este apartado con el que se cuenta). Cintas exprés, aparato segurador Grigri, cuerdas 9,8mm en adelante (para escalada en simple), cuerdas de 8,5 a 9 mm (para escalada en doble), material de autoprotección tipo empotradores Friends etc.

PRECIO: 30,00 € socios, 60,00 € no socios. (Será necesario un número mínimo de 8 participantes).

INSCRIPCIÓN Y RESERVA:

- **Hasta el jueves día 27 de abril.** y previo ingreso en la Cuenta del Club Montañeros de Pradoluengo de **Caja Laboral: ES65 3035 0240 73 2400019170**. Se deberá enviar un correo a info@cmpradoluengo.org comunicando la inscripción y pago de la misma.
- Los **NO FEDERADOS** y que **no dispongan de seguro equivalente**, deberán abonar **5,00 €** más por el seguro de accidentes de fin de semana y realizar el ingreso en la Cuenta del Club Montañeros de Pradoluengo de **Caja Laboral: ES65 3035 0240 73 2400019170**. Se deberá enviar un correo a info@cmpradoluengo.org comunicando la solicitud y pago del mismo.
- Todos los participantes que ni sean socios ni hayan enviado anteriormente sus datos personales deberán hacerlo a través de la Página Web: <http://cmpradoluengo.org/NuevasInscripciones.php>



NOTA: Este curso es aconsejable para todos aquellos que realizamos actividades de montaña, partiremos del nivel más básico y nos adaptaremos como siempre a todos los niveles. De esta forma los principiantes se sentirán cómodos en su propio ritmo y a los iniciados les servirá de repaso.