

ESCALADA 3

AUTOPROTECCIÓN

Algunas de las grandes cimas más conocidas para los/as escaladores/as, como el Picu Urriellu, Peña Santa, Ordesa, Midi d'Ossau o Ansabere entre otras muchas. Nos exigen el correcto uso de las técnicas de autoprotección.



ESCUELA BIZKAINA DE ALTA MONTAÑA

Curso: Escalada 3 (terreno de aventura y autoprotección)



Introducción

Para alcanzar la cima de algunas de las grandes paredes o cimas rocosas más emblemáticas de Euskal Herria, Picos de Europa, Pirineos, Alpes o cualquier otro macizo montañoso.

Es necesario dominar el arte de la autoprotección con friends, fisureros y cordinos, ya que estas suelen estar sin equipar o semiequipadas.

Para ello necesitaremos unos buenos conocimientos de los diferentes materiales flotantes y las técnicas para su correcto emplazamiento.

Este curso está pensado para todas esas personas que quieren adentrarse en las grandes vías clásicas.

Objetivos

El objetivo de este curso es que los/as alumnos/as adquieran los conocimientos necesarios para poder adentrarse en el mundo de la escalada de aventura y autoprotección. Aprenderemos a escalar itinerarios de montaña en paredes de varios largos semiequipadas o desequipadas con materiales flotantes.

La escalada clásica en montaña nos acercara a grandes paredes y escarpadas cumbres a través de itinerarios donde la técnica y los recursos adquiridos serán fundamentales para nuestras aventuras.





Contenidos del curso

1- Conocimiento del medio en el que nos vamos a mover: logística, meteorología y condiciones generales de la montaña.

Lectura de croquis, tipos de roca y tipos de anclajes fijos y móviles.

2- Materiales específicos: para la escalada de vías desequipadas, friends, fisureros, puentes de roca...

3- Técnicas de aseguramiento, nudos avanzados y progresión en paredes con doble cuerda.

4- Montaje de reuniones con material flotante: diferentes tipos triángulos y que tipo utilizar en cada caso.

5- Secuencia para escalar en cordadas: De dos o tres personas.

Técnica para asegurar a un segundo. Coordinación para dar el relevo y cambio de material.

6- Descenso en rapel: reverso y dinámico con autoseguro (machard).

7- Técnicas avanzadas de escalada en paredes desequipadas y semiequipadas, con sus peculiaridades, trazados y diferentes tipos de roca

8- Como abandonar una vía sin equipar y rápeles de fortuna.

Material necesario

1- Ropa cómoda para actividades deportivas de montaña: Prendas transpirables que nos protejan del frío y el viento. **Nota especial para llevar pantalón largo.**

2- Mochila adecuada de unos 40 litros de capacidad.

3- Material básico de montaña: una botella grande de agua, gafas de sol, crema y protector labial en caso de

hacer falta, gorro guantes y chubasquero.

4- Material básico de escalada: Material de autoseguro (cabo de anclaje, mosquetones de rosca, cintas, cordinos, casco, arnés y aparato asegurador). Durante el curso se harán muchas indicaciones sobre el material.

Precios

Curso	Licencia federativa en Bizkaia	Federado/a fuera de Bizkaia
ESCALADA 3 En terreno de aventura y autoprotección.	Consultar los precios en la página web	



Requisitos mínimos

Es interesante acudir con una adecuada forma física y hábito de moverse en terreno de montaña. Es obligatorio haber realizado antes el curso de escalada de varios largos y tener perfectamente asimilado todo lo allí visto, o tener conocimientos de escalada en vías de varios largos equipadas.

Notas

La Escuela de Alta Montaña tiene material para prestar. En todo caso, se recomienda llevar lo que se tenga. En cualquier caso, la Escuela de Alta Montaña también aportará ese material.

-
- Lugar: Zonas de escalada en Bizkaia o cerca de Bizkaia: normalmente Atxarte.
 - Horarios: Dos días (sábado y domingo). 9:00-18:00h aprox.
 - Los últimos detalles del encuentro, los aclarará el director del curso durante la semana previa a la celebración del mismo.

El instructor director del curso podrá cambiar el guión del curso sin previo aviso en función de las condiciones del medio y/o del nivel.

Número de cuenta

ES84 3035 0071 64 0710024655

NOTA: Se debe pagar el curso en el momento de hacer la inscripción.

Incluido en el precio:

- Servicios del instructor.
- Material homologado de seguridad colectivo.
- Material individual (en caso de no disponer).

Fuera del precio:

- Comida.
- Transporte.

El grupo para el curso quedará cerrado una semana antes.



FEDERACIÓN VIZCAÍNA DE MONTAÑA
BIZKAIKO MENDIZALE FEDERAZIOA
ESCUELA VIZCAÍNA DE ALTA MONTAÑA
BIZKAIKO GOI MENDI ESKOLA

Martin Barua Picaza 27, 4. solairua
48003 Bilbao

☎ 94 443 17 34

goimendieskola@bmf-fvm.org



Euskal Goimendi Eskola
Bizkaia