

INSCRIPCIONES:

Deben realizarse antes de las 20 horas del martes 23 de octubre de 2012.

Deberán cumplimentar la hoja de inscripción correspondiente, presentarla en:

Club Senderista de Lorca "La Carrasca"

DIRECCION: Alameda de la Constitución s/n – Casa del Deporte – Lorca (Murcia)

También puede remitirse por email a:

lacarrasca@gmail.com

NOTA: No será válida ninguna inscripción que no vaya acompañada de la copia validada de ingreso bancario, en la cuenta siguiente:

CC nº: 0487 0123 35 9000550864

Caja Murcia

Indicar en el ingreso bancario:

Concepto ingreso: Curso escalada

Ordenante: Nombre y apellidos participante

El ingreso puede realizarse en efectivo en la sede del Club.

CUOTA:

- Socios: 30 €
- No socios federados: 45 €
- No socios no federados: 55 €

Nº PARTICIPANTES:

- Máximo: 15
- Mínimo: 10

CERTIFICADOS:

Todos los participantes recibirán un diploma acreditativo de aprovechamiento del curso.

Organiza:

Club Senderista de Lorca
"La Carrasca"



Colabora:

Concejalía de Deportes
Ayuntamiento de Lorca



Club Senderista de Lorca "La Carrasca"

Curso:

INICIACIÓN A LA ESCALADA



26, 27 y 28 / Octubre / 2012

"No es necesaria experiencia previa como escalador para realizar el curso"

PRESENTACIÓN

La escalada es una actividad apasionante que conlleva, debido a su naturaleza y como todo deporte de riesgo, el conocimiento de técnicas y maniobras de seguridad, y el uso de equipos y materiales apropiados para poder llevarla a cabo con seguridad y así disfrutar de la grandeza de esta disciplina. La dificultad de la ruta no determina su atractivo: influyen el entorno, el tipo de roca, el compañero de cordada, ... Siempre se puede encontrar una ruta de acuerdo a nuestra experiencia y nivel. Nuestro objetivo es que obtengas la base técnica para poder adquirir esa experiencia con seguridad y eficacia.

“No es necesaria experiencia previa como escalador para realizar el curso”

DESTINATARIOS

Este curso formativo va dirigido a aquellas personas que se proponen llevar a la práctica actividades físicas en el medio natural (escalada) tanto individualmente como desde un punto de vista organizado.

OBJETIVOS

- Propiciar la formación en la aplicación y desarrollo de actividades y deportes practicados en el medio natural (escalada).
- Conocer y manejar los instrumentos y material necesario para organizar y practicar la escalada.
- Proporcionar herramientas para la utilización de la escalada como medio formativo, turístico y para la ocupación del tiempo libre.
- Conocer y saber interpretar las normas de una correcta actuación en la práctica de la escalada, valorando los recursos y posibilidades que ofrece nuestro entorno para la práctica de actividades en la naturaleza.

CONTENIDOS

- Conocimiento y familiarización con el material y equipo.
- Tipos de roca.
- Anclajes, tipos.
- Nudos básicos.
- Reuniones. Triángulo de fuerzas.
- Sistemas y procedimientos de aseguramiento.
- Utilización del equipo de seguridad. Guiado de la cuerda.
- Descuelgues: abierto, cerrado y dudoso.
- Abandono de vía. Rápel.
- Seguridad en la escalada.

MATERIAL (recomendable)

- Arnés.
- Mosquetón.
- Pies de gato (goma cocida).
- Casco.

PONENTE

Andrés Cánovas López.

Profesor de secundaria. Escalador desde hace más de 20 años. Ha escalado en más de 25 países a lo largo de todo el mundo. Actualmente esta diseñando y equipando diferentes sectores de escalada en las Peñas de Béjar.

DISTRIBUCIÓN TEMPORAL

Viernes, 26 de Octubre.

Hora: De 20:00 a 21:30 h.

Lugar: Casa del Deporte – Salón de Actos.

Sábado, 27 de Octubre.

Hora: De 8:30 a 18:00 h.

Lugar: Peñas de Bejar (Lorca)

Domingo, 28 de Octubre.

Hora: De 8:30 a 18:00 h.

Lugar: Cresta del Gallo (La Panocha).