



CURSO ESCALADA INICIACIÓN BASICO FEBRERO

**A partir de ahora habrá cursos días de
semana y fin de semana, elige el horario
que mejor te convenga**

Horarios:

❖ **Entre semana:**

Lunes 30 enero

Teoría, sede federación. 19:00- 22:00 h.

Martes 31 enero y Miércoles 1 febrero

Rocódromo Cagigal. 19:00- 22:00 h.

Domingo 5 febrero

Salida Cresta del Gallo. 8:00- 17:00 h.

❖ **Fin de semana:**

Viernes 3 febrero

Teoría, sede federación. 17:00- 20:00 h.

Sábado 4 febrero

Rocódromo Cagigal. 16:00- 22:00 h.

Domingo 5 febrero

Salida Cresta del Gallo. 8:00- 17:00 h.

❖ **Duración del curso**

18 horas

❖ **OBJETIVOS**

Escalar de 1º de cuerda vías equipadas con descuelgue

❖ **CONTENIDOS**

- Material para la escalada de vías equipadas.
- Gestualidad de la escalada.
- La cadena de seguridad: definición, elementos y funcionamiento.
- El factor de caída y la fuerza de choque.
- Técnicas de aseguramiento al compañero.
- Descuelgues: Definición, características y funcionalidad.
- Croquis y catalogación de dificultad.

❖ **REQUISITOS PARA LA INSCRIPCIÓN**

Estar en posesión de la tarjeta federativa del año en curso.
Pagar la cuota de inscripción.

❖ **REQUISITOS PARA LA PARTICIPACIÓN**

Buena condición física.

❖ **PLAZAS**

Mínimo 6, máximo 12, alumnos.

❖ **RATIO PROFESOR-ALUMNO**

Un instructor cada 4 alumnos

❖ **PRECIO**

110 euros

❖ **INSCRIPCIONES:**

Hoja de inscripción en <http://www.fmrn.net/ema/InscripcionCursos%.htm>

Enviar la hoja de inscripción, junto al resguardo del ingreso por fax al número 968255 372.

Para realizar el ingreso, deberá ponerse en contacto con Ana (Secretaria EMA) medios@fmrn.net

Tlf. 968 340 270

Federación de Montañismo de la Región de Murcia.

Calle Francisco Martínez García, 4 bajo – 30003 Murcia.

❖ **PLAZO DE INSCRIPCIÓN:**

Desde su comunicación hasta 7 días antes del comienzo del curso.

❖ **IMPARTE**

Instructores del curso específico de la E.M.A.

❖ **OBSERVACIONES GENERALES**

- La E.M.A (F.M.R.M) podrá suspender el curso, sino se cubre el número mínimo de plazas establecidas.
- La edad mínima para inscribirse a partir de 18 años, y de 16 con autorización paterna.
- Se devuelve el 100% de lo abonado si la E.M.A (F.M.R.M) suspende el curso, o por enfermedad debidamente justificada.
- La E.M.A (F.M.R.M) se reserva la posibilidad de suspender ocasionalmente el curso entero o uno de los días por motivos de meteorología, quedando emplazado a otra fecha próxima de acuerdo con instructores y alumnos.
- A los que superen el curso se les entrega un diploma acreditativo de la F.M.R.M.