



Escuela de Montaña Peñalara  
Vocalía de Seguridad y Enseñanza

## **CURSO DE ESCALADA, NIVEL I LOS DÍAS 4 Y 5 DE ABRIL DE 2020**

Actividad fija y única

**Se convoca la realización de un curso teórico-práctico de Escalada, Nivel I, impartido por la Escuela de Montaña de Peñalara y con las características de Actividad fija y única.**

**PLAZAS: 6**, abiertas solo a socios mayores de 16 años. Su realización está supeditada a que haya 4 personas inscritas.

**FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:** en Secretaría, **hasta el 27 de marzo**

**PRECIO: 125 € (6 PARTICIPANTES), y 150 € (4-5 PARTICIPANTES).**

**LOS JÓVENES MENORES DE 30 AÑOS TENDRÁN SUBVENCIONADO EL 50% DE ESTOS PRECIOS.**

**INCLUYE:** clases, material colectivo y documentación del curso.

El curso se desarrollará en la Sierra de Guadarrama, será teórico-práctico, y tendrá una duración total de 16 h: el día 4, 2 horas de clase teórica en aula (Hotel el Corzo, Puerto de Navacerrada) y 6 horas de prácticas, y el día 5, 8 horas de prácticas.

**NO INCLUYE:** Transporte, seguro, equipo o material personal.

**ORGANIZA:** Escuela de Montaña de la RSEA Peñalara

### **TÉCNICO QUE IMPARTE EL CURSO:**

*Mariano Frutos Garaeta (Técnico Deportivo en Alta Montaña)*

*Teléf.: 669 356 235*

*info@marianofrutos-mountainguide.com*

### **EQUIPO Y MATERIAL INDIVIDUAL OBLIGATORIO**

- Vestimenta adecuada para la actividad
- Pies de gato
- Arnés y casco (la Escuela tratará de facilitar el préstamo de estos materiales a quienes no dispongan de ellos, previa solicitud)
- Cabo de anclaje regulable con mosquetón de seguro.
- Mosquetón de seguro HMS
- Mochila (30/35 litros)
- Comida y agua

### **MATERIAL ACONSEJADO**

- Botiquín personal y manta térmica
- Gafas de montaña
- Linterna frontal
- Crema para protección solar y labial

**EL RESTO DE MATERIAL TÉCNICO Y DE SEGURIDAD NECESARIO PARA LA REALIZACIÓN DEL CURSO SERÁ APORTADO POR EL PROFESOR**

### **CARACTERÍSTICAS DEL CURSO**

**-Profesor:** Técnico Deportivo Titulado, con competencias para impartir este tipo de curso.

#### **-Objetivo**

Proporcionar los contenidos necesarios para que el alumno escale con autonomía y seguridad vías de un largo equipadas.

## **-Contenidos**

- Seguridad básica en montaña
- Botiquín elemental
- Comunicaciones
- Medio ambiente
- Técnica gestual básica
- Equipo de protección individual y material mínimo necesario
- Tipos de anclajes fijos
- Escalada como segundo de cuerda
- Colocación y empleo del material
- Control entre compañeros
- Escalada de primero
- Mosquetoneo correcto de cuerda
- Cabuyería básica
- Aseguramiento, descuelgue del compañero y auto descuelgue
- Empleo de descuelgues
- Abandono

### **TIPO DE ACTIVIDAD:** Fija y única

Todos los participantes formarán un grupo único coordinado por el Profesor del curso, y se comprometen a seguir sus instrucciones. Ante el incumplimiento de algún participante, el Profesor podrá excluirle del grupo y del apoyo de éste, y posteriormente dar conocimiento del hecho a la Sociedad. Ningún participante iniciará la actividad hasta que el Profesor lo indique. Todos ellos seguirán sus instrucciones y no realizarán recorridos no previstos sin el permiso de éste. Cualquier participante que observe alguna situación anómala o de riesgo, deberá comunicarla al Profesor. Igualmente pondrá en su conocimiento el mal estado de salud o problema físico de algún miembro del grupo.

**SEGURO DE ACCIDENTES:** Es obligatorio que todos los participantes tengan un seguro que cubra los riesgos de esta actividad. En caso de que alguno no dispusiera de él, deberá contratar en la Secretaría el seguro diario de accidentes que ofrece la Sociedad, abonando la cantidad fijada.

**DECLARACIÓN RESPONSABLE:** Todos los participantes deberán haber cumplimentado y firmado la DECLARACIÓN RESPONSABLE DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDADES. Si no la hubieran cumplimentado al hacer la inscripción, para poder tomar parte en la actividad, **antes de la salida**, entregarán al Organizador una copia de su declaración anual o cumplimentarán una específica para esta actividad.

Los menores de 18 años necesitarán autorización de padres o tutores para realizar la actividad, y tendrán a alguien que se responsabilice de sus desplazamientos a los lugares donde se celebre el curso.

### **APLAZAMIENTOS, SUSPENSIONES Y DEVOLUCIONES:**

En caso de no participación en la actividad, siempre que se haya comunicado esta circunstancia con antelación, se devolverá el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

Si se produjera una suspensión de la actividad, esta tendrá su efecto siempre que no se haya hecho uso de alguno de los servicios ofrecidos en la convocatoria. En este caso se devolverá a los inscritos el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

En caso de aplazamiento, se mantendrán los pagos e inscripciones de los que así lo manifiesten para la futura celebración. A los inscritos que no quisieran mantener la inscripción se les devolverá el importe de la inscripción descontando el 3% de gastos de gestión.

Todas las devoluciones se realizarán entre los 15 y 30 días posteriores a la fecha prevista de celebración.