

Curso de Iniciación á Escalada Deportiva en Rocódromo na Coruña

O Concello de A Coruña e a Federación Galega de Montañismo, coa colaboración dos clubs de A Coruña, promoven un completo curso de iniciación á escalada deportiva.

DATA: Dous domingos, 15 e 22 de xaneiro de 2017

HORARIO: De 13.00 a 21.00 horas cada xornada

LUGAR: Rocódromo Municipal da Coruña (Cidade Deportiva de Riazor)

PREZO: Para federados en montañismo (tipo B) 87 €. Para persoas non federadas haberá que sumar o seguro de 6 € diarios, en total 12 € polos dous domingos.

PAZAS: O número de prazas é de 12, cubríndose por orde de inscrición.

RATIO: 1 monitor/a por cada 6 participantes.

DESTINATARIOS/AS: Curso orientado a aquelas persoas que queiran iniciarse, ou xa iniciadas, que queren aprender con solvencia as técnicas básicas de seguridade e progresión da escalada en rocódromo.

OBXECTIVOS: Facilitar a aprendizaxe das técnicas básicas de seguridade e progresión da escalada en rocódromo dotando ao alumnado de coñecementos que lle garantan a seguridade no desenvolvemento da súa actividade.

CONTIDOS

- Coñecementos do material básico de escalada en rocódromo.
- Nós (oito, gaza simple, machard,...)
- Técnicas de descenso en rápel e en descolgue.
- Cadea dinámica de seguridade e desenvolvemento dunha ascensión.
- Aseguramento de primeiro de corda, en io-io, e aseguramento dinámico.
- Manobra de descolgue.

MATERIAL: Non é necesario dispoñer de material propio aínda que se se ten é bo levalo para familiarizarse con el.

INSCRIPCIÓN: A inscrición poderá facerse polo interesado/a directamente na propia F.G.M., ou no seu club de pertenza, e a data límite será de 7 días antes do inicio do curso. A inscrición non será definitiva ata que se faga efectivo o pagamento.

INFORMACIÓN: Federación Galega de Montañismo - Tlf/Fax: 986 208 758 / 986 207 407, de luns a venres de 10 a 13:30 ou por correo-e a info@fgmontanismo.es

