

## PRECIO:

Federados: 60 euros

No Federados: 100 euros(+6 euros de seguro)

## INCLUYE:

- Un monitor por cada 4 personas
- Manual del curso.
- Material necesario para el curso.

Ultimo día para la inscripción: 2 de junio.

Para realizar la inscripción, ingresar el dinero en la cuenta abajo indicada, y mandar los datos del alumno a [txirrista@hotmail.com](mailto:txirrista@hotmail.com)

## MAS INFORMACION:

[txirrista@hotmail.com](mailto:txirrista@hotmail.com)

Los ingresos se realizarán en la Caja Laboral, en el nº de cuenta: 3035/ 0071/ 640710024655

El resguardo y la fotocopia de la tarjeta de federado se entregaran el día de la presentación.

# PROGRAMA CURSO ESCALADA EN ROCA 11 y 12 de junio de 2011



Iniciación a la Escalada Deportiva

**Euskal Goi Mendi Eskola**  
**Escuela Vasca de Alta Montaña**



**BIZKAIKO MENDIZALE FEDERAKUNTZA**  
**FEDERACION BIZKAINA DE MONTAÑA**

IPARRAGUIRE Nº 46,5º -I 48010 BILBAO  
Tfno: 94-4431734 Fax: 94- 4443562

# PROGRAMA CURSO ESCALADA EN ROCA

## Abril 2010

**Fechas:** 11 y 12 de abril.

**Lugares:** Urduliz y Atxarte.

**Presentación del curso:** día 9 de junio a las 19:00h., en los locales de la Bizkaiko Mendizale Federazioa (Iparragirre 46, 5º piso, Bilbo).

### Contenidos:

*Sábado 11 de junio.*

- Material (nombre, utilidad, mantenimiento...).
- Conocimientos básicos de anclajes.
- Nudos básicos (terminología y utilización).
- Técnicas de progresión.
- Top Rope.
- Otros.

*Domingo 12 de junio.*

- Repaso.
- Montaje de un "Top Rope".
- Escalar en "Top Rope".
- Escalar de primero.
- Otros

### NOTAS:

- Es necesario no tener impedimento médico para realizar la actividad, y una condición física aceptable.
- Ser mayor de edad o menor con autorización de los padres o tutores.
- El hecho de inscribirse en este curso implica someterse a la disciplina del mismo y a las indicaciones de los/las monitores/as.
- La dirección del curso se reserva el derecho de retirar del curso a los alumnos que no cumplan los requisitos exigidos o no se atengan a la disciplina del curso.
- La dirección del curso podrá cambiar el programa dependiendo de las condiciones meteorológicas.
- No se necesita experiencia previa.
- Los desplazamientos a los lugares donde se impartirán los cursos no están incluidos.