



## CURSO DE “ESCALADA EN ROCA Y ROCÓDROMO”

**Válido para acreditar la condición de “EXPERTO EN ACTIVIDADES EN EL MEDIO TERRESTRE: ESCALADA EN ROCA Y ROCÓDROMO” y para convalidar el bloque de libre elección (100 h.) del curso de Monitor de Nivel <sup>(1)</sup> (Título Oficial de la Junta de Castilla y León).**

### 1. Imparte

Escuela Municipal de Animación Juvenil y Tiempo Libre del Ayuntamiento de Ponferrada

### 2. Destinatarios

Dirigido a personas mayores de 18 años.

### 3. Descripción

El curso tiene una duración de 100 h., de las cuales 88 son presenciales y 12 telemáticas. Es eminentemente práctico y está orientado a que los alumnos adquieran los conocimientos y habilidades necesarios para el montaje y la realización de actividades de escalada en roca y rocódromo de manera segura, así como al aprendizaje de maniobras de rescate y autorrescate.

#### Contenidos:

Bloque I: Introducción, material, escalada top rope, técnicas básicas, cadena dinámica de seguridad y nudos (26 horas)

Bloque II: Escalada de primero (12 horas)

Bloque III: Descuelgues en escalada deportiva (12 horas)

Bloque IV: Rappel y autorrescate (12 horas)

Bloque V: Técnicas de escalada (16 horas)

Bloque VI: Juegos y dinámicas (10 horas)

Bloque VII: Legislación (12 horas)

### 4. Fecha

Días 27, 28 de septiembre, 4, 5, 11, 12, 13, 18, 19, 25 y 26 de octubre, 1, 2, 8 y 15 de noviembre. Sábados en horario de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 h., domingos y festivos en horario de 10:00 a 14:00 h.

### 5. Lugar

Rocódromo municipal de Ponferrada y medio natural.

### 6. Nº de Alumnos.

Máximo: 20 / Mínimo: 12

### 7. Matrícula

Precio: 210 €. Incluye profesorado, material, seguros (RC y accidentes) y diploma acreditativo <sup>(2)</sup>.

El pago se debe realizar en la tesorería del Ayuntamiento de Ponferrada (2ª planta). Para formalizar la matrícula se debe entregar en el Centro de Información Juvenil Cima la siguiente documentación:

- Ficha de inscripción cumplimentada y firmada
- Una fotografía tamaño carnet
- Fotocopia del DNI
- Copia del justificante del pago de la matrícula.

El plazo de matrícula finaliza cuando se cubran las plazas disponibles y en todo caso tres días antes del comienzo del curso. Las plazas se asignarán por orden de inscripción, una vez completados todos los trámites indicados.

(1) Para acceder al título de Monitor de Nivel, se debe contar con el título de monitor o coordinador de tiempo libre.

(2) Únicamente se entregará diploma a aquellos alumnos que superen los correspondientes exámenes teórico-prácticos y que hayan asistido como mínimo al 90% de horas lectivas.