

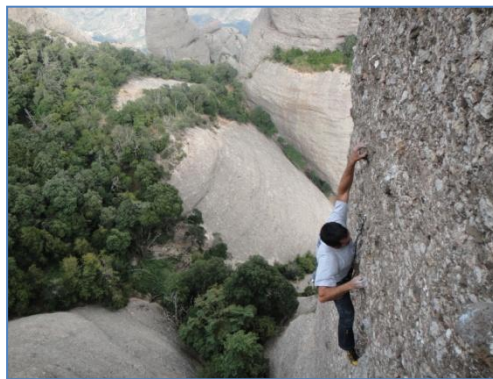
## Curs d'escalada esportiva

**Nivell principiant:** material, tècnica, escalada en politja, xapatge, muntatge i desmuntatge de vies, escalada de primer, interpretació d'escalas i ressenyes.

Requisits: material personal (talabard, casc, peus de gat, magnesi).

**Nivell avançat:** fonaments en l'escalada de primer, tècniques corporals específiques (xemeneia, dülfer, diedres, etc.), taller de caigudes, nusos especials, cura del material.

Requisits: material personal, cintes exprés, corda, aparell autobloquejador, 2 mosquetons de seguretat i tenir consolidats els continguts del primer nivell.



## Curs d'escalada tradicional

**Nivell principiant:** autoassegurament (friends, encastadors, tricams, merlets), organització i selecció del material en funció del llarg, muntatge de reunions.

Requisits: material personal, aparell autobloquejador, boga d'ancoratge, reunió (4 mosquetons de seguretat + cordino de 6mm i 5m), cordinos varis, cordes dobles, sardineta i tenir consolidades les maniobres bàsiques d'escalada esportiva.

**Nivell avançat:** triangulació i combinació de les assegurances, treball amb doble corda, tradicional de dificultat, nocions d'autorrescat.

Requisits: material nivell principiant, material d'autoprotecció (friends, encastadors, tricams, cordinos), i tenir consolidats els continguts del primer nivell.



## Curs d'escalada en paret

**Nivell principiant:** material necessari, muntatge de reunions, com evitar el factor 2, escalada artificial com a recurs, col·locació de pitons, ràpel.

Requisits: material personal, de tradicional (nivell avançat), d'artificial (martell, pitons, estreps, ganxos) i tenir consolidades les maniobres bàsiques d'escalada esportiva.

**Nivell avançat:** recursos en paret, perfeccionament de l'escalada artificial (falques, ganxos, pitonisses), tècniques d'abandonament i nocions d'autorrescat.

Requisits: material personal, de tradicional (nivell avançat), d'artificial (martell, pitons, estreps, ganxos) i tenir consolidats els continguts del primer nivell.



## Curs de progressió en crestes

**Nivell únic:** tècniques corporals d'assegurament, treball en curt i en potència, aprofitament dels recursos naturals, nusos i maniobres específiques.

Requisits: material personal, corda de 40m, aparell autobloquejador, material d'autoprotecció, talabard, casc, 3 mosquetons de seguretat, cintes tipus Dyneema.





## Curs d'autorrescat i seguretat en paret

**Nivell principiant:** assistència sanitària immediata, seguretat en l'escalada, pujar al company fins a la reunió, versatilitat de l'aparell autobloquejador, abandonament davant d'una emergència.

Requisits: material personal i de paret.

**Nivell avançat:** assistència sanitària de nivell 2, baixar un company inconscient.

Requisits: material personal i de paret, tenir consolidats els continguts del primer nivell.



**Tots els cursos tenen una durada de 2 jornades de 8 hores**

**Preu: 99€/persona. 3pax mínim – 6pax màxim**

El preu del curs inclou l'Assegurança de Responsabilitat Civil Professional, l'Assegurança Obligatòria d'Accidents, un tècnic especialista titulat, i el material addicional i de seguretat de cada curs. No inclou el material especificat en els requisits de cada modalitat.

### Contacteu:

[guilleshan@gmail.com](mailto:guilleshan@gmail.com)

[www.guillecuadrado.com](http://www.guillecuadrado.com)

**☎: 636 34 27 72**