



Salida de iniciación a la Escalada (Morro de Toix).

La escalada deportiva es una actividad que consiste en realizar ascensos sobre paredes de fuerte pendiente valiéndose de la fuerza física y mental propia. Se considera escalada todo ascenso que siendo difícil o imposible de realizar sólo con las extremidades inferiores (pies y piernas), requiere utilizar las extremidades superiores (brazos y manos).

Objetivos.

- Adquirir conocimientos y capacidades que permitan escalar con seguridad vías equipadas.
- Conocer en profundidad el material de escalada, características técnicas, usos y cuidados.
- Dominar un repertorio variado de maniobras básicas y recursos técnicos en escalada.
- Promover la consideración del medio natural como espacio deportivo y recreativo, facilitando su disfrute los participantes de la actividad.

Salida: Domingo 19 de mayo de 2019. 8:00 h. en el Local de Tramuntana Aventura (Alicante), C/ Segura 13 local bajo derecha 03004 (cerca de la plaza de los Luceros).

Regreso: Sobre las 15.00 horas en la plaza de los Luceros.

Información e inscripciones:

Concejalía de Juventud - Ayuntamiento de Alicante
Centro 14 Centro de Información Juvenil
C/ Virgen de Belén 11 03002 Alicante
centro14@alicante.es Tlf. 965 14 96 66 www.centro14.com

Información técnica: info@tramuntanaaventura.es

Móvil: 686216102 - 616351506

Precio: gratuita. **Transporte:** Incluido. Altea.

Edad: 18 a 30 años. **Número de plazas:** 14

Exigencia física: No recomendable para personas con vértigo, mareos y/o embarazadas.

Material que tienen que llevar los participantes:

- Ropa Cómoda (mallas o chándal).
- 2 litro de líquido, almuerzo y comida.
- Documentación personal.
- Zapatillas de deporte.
- Goma para el pelo.



Que proporciona Tramuntana:

- Todo el material técnico para la realización de la actividad: casco, arnés, cuerdas de escalada, gri-gri, cintas express, ochos, mosquetones, botiquín, pies de gato...
- Seguro de responsabilidad civil y accidentes.
- Fotos de la actividad.
- Guías/monitores.

Enlace con Fotos:

<https://www.flickr.com/photos/146353460@N03/albums/72157671967998893>



Descripción básica de la actividad:

Dejamos el transporte en una zona residencial y tras coger todo el material realizamos una aproximación a la zona de escalada de 10-15 minutos. La pared donde se realiza la escalada es muy buena, normalmente soleada y con vistas al mar. Tras introducción con las normas de seguridad y técnicas de escalada, se montan las vías por parte de los monitores. Los participantes van subiendo por las mismas (de 4º o 4º+, muy fáciles), a medida que se va completando una vía, se monta otra, y así continuamente, cuando los participantes han practicado varias veces, se monta alguna vía de escalada con mayor graduación (5º) para que vean la diferencia y dificultad de graduación.

Una vez completada las vías y/o por el cansancio de los participantes, se desmontan las vías y regresamos al parking.