



C.E.M. D'ESCALADA CLIMBAT LA FOIXARDA

## CURS D'INICIACIÓ

### QUÈ ÉS I A QUI VA DIRIGIT

El curs d'iniciació va dirigit a totes les persones que vulguin iniciar-se en el món de l'escalada per primer cop. També va dirigit a aquelles persones que ja han tingut un primer contacte i vulguin aprendre les tècniques bàsiques de progressió.

### REQUISITS

El curs d'iniciació només requereix moltes ganes d'aprendre de manera divertida i pràctica. Els objectius d'aquest curs són els següents:

1. Conèixer la importància de l'escalfament i els estiraments.
2. Aprendre i aplicar de manera pràctica els continguts bàsics de la tècnica de l'escalada.
3. Aprendre, millorar i consolidar les maniobres per escalar i assegurar de segon.
4. Conèixer les maniobres per assegurar i escalar de primer.

### HORARIS

Els cursos d'iniciació s'inicien periòdicament. Aquest curs consta de 6 sessions i se'n realitzen dos setmanals de 90 minuts **de dilluns a dijous de 21:00 a 22:30**. Es poden obrir nous cursos amb un mínim de 4 participants.

### TARIFES

PREU
105€

### INCLOU

- Monitors titulats
- Cordes i dispositius de seguretat
- Peus de gat
- Casc
- Arnés

### COM RESERVAR

Enviar un e-mail a [lafoixarda@climbat.com](mailto:lafoixarda@climbat.com) informant que voleu realitzar el curs d'iniciació. Seguidament us respondrem amb la disponibilitat de places i dates. Us adjuntarem també el número de compte per poder realitzar la paga i senyal per formalitzar la reserva.

### CONDICIONS

Una absència en una sessió avisada amb 24h d'antelació podrà ser substituïda per una altra. No es garanteix que la sessió de substitució aporti els mateixos continguts.



CEM Climbat La Foixarda



93 292 54 80



[tecnicafaix@climbat.com](mailto:tecnicafaix@climbat.com)



Climbat.com



C.E.M. D'ESCALADA CLIMBAT LA FOIXARDA

## CURS D'INICIACIÓ



CEM Climbat La Foixarda



93 292 54 80



[tecnicafoix@climbat.com](mailto:tecnicafoix@climbat.com)



[Climbat.com](http://Climbat.com)