



CLIMBAT AVILÉS

CURSO NIVEL 3 BASE

## QUÉ ES Y A QUIÉN VA DIRIGIDO

En el curso de **NIVEL 3: CURSO BASE** reforzarás, ampliarás y consolidarás todos aquellos conocimientos adquiridos durante los cursos de Nivel 1 y Nivel 2 con el objetivo principal de poder progresar de forma autónoma, dar el salto al grupo de entrenamiento y poder hacer uso de la cuerda y el dispositivo de seguridad.

## REQUISITOS Y OBJETIVOS

Para poder acceder al curso de **NIVEL 3: CURSO BASE** es necesario cumplir como mínimo uno de estos 2 requisitos:

1. Tener realizados los cursos de **NIVEL 1: BLOQUE + NIVEL 2: CUERDA.**
2. Haber realizado clases personalizadas que acrediten los conocimientos impartidos en los cursos de Nivel 1 y Nivel 2

Los objetivos se trabajarán a través de la **METODOLOGÍA INEFC** y son los siguientes:

1. Asegurar y escalar de primero/a con total autonomía y seguridad.
2. Practicar las caídas en los dos roles: asegurador/a y escalador/a, tanto de primero/a como de segundo/a
3. Trabajar, practicar y consolidar toda la técnica de la escalada.
4. Conocer los errores básicos de seguridad de la escalada. Ser consciente.

## HORARIOS Y GRUPOS

El curso tiene una duración de 16 sesiones de 90 minutos cada una. Se puede elegir el grupo de **lunes y miércoles** en el horario de **20:30 a 22:00.**



Climbat Avilés



634847948



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



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



CLIMBAT AVILÉS

CURSO NIVEL 3 BASE

## TARIFAS

Curso de Nivel 3 – Socio/a	130€
Curso de Nivel 3 – No Socio/a	175€

## INCLUYE

- Técnicos/as de escalada
- Cuerdas y dispositivos de seguridad

## NO INCLUYE

- Pies de gato (Alquiler 3,20€/día)
- Casco (Alquiler 3,20€/día)
- Arnés (Alquiler 3,20€/día)
- Magnesio líquido

## COMO RESERVAR

Para la realización de la reserva se deberá enviar un correo electrónico a [aviles@climbat.com](mailto:aviles@climbat.com) solicitando disponibilidad de plaza. Seguidamente os enviaremos la hoja de inscripción y los datos necesarios para realizar la paga y señal (30€) y formalizar así la reserva

## CONDICIONES

Los clientes del curso base que no sean socios podrán entrar y salir de la instalación 15 minutos antes y después de su hora de sesión para hacer uso de los vestuarios, pero bajo ningún caso para seguir escalando.

Formando parte del curso de **NIVEL 3: CURSO BASE** la entrada puntual tiene un precio de **7.50€**.

Para acceder a la instalación de forma autónoma será necesario firmar el **DISCLAIMER GENERAL** en la recepción del centro. Esta medida se implementa para garantizar la seguridad de los participantes y proteger la integridad del espacio.



Climbat Avilés



634847948



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



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