



CLIMBAT BARAKALDO

GRUPO DE ENTRENAMIENTO

## QUÉ ES Y A QUIÉN VA DIRIGIDO

El grupo de escalada es un grupo de entrenamiento que combina las modalidades de escalada en bloque y la escalada deportiva. Este grupo va dirigido a todas las personas que hayan realizado el curso base. Cada semana se realizará dos sesiones distintas destinadas a la mejora de la fuerza y la resistencia.

¡Si quieres entrenar las dos disciplinas y ser un escalador/a completo/a el grupo de escalada es la mejor opción!

## REQUISITOS

Para poder acceder al grupo de entrenamiento es necesario haber realizado el curso base\* o bien realizar clases personalizadas para que un técnico/a determine si se tienen los conocimientos necesarios de seguridad y manejo del dispositivo de seguridad.

Durante las sesiones de escalada deportiva es obligatorio el uso del casco.

\*En el curso base (3 meses) se enseñan todos los contenidos relacionados con la escalada deportiva y escalada en bloque: seguridad y manejo del dispositivo de seguridad.

## HORARIOS

Las clases del grupo de entrenamiento se inician en septiembre y finalizan a finales de julio. En el siguiente horario:

- Lunes y miércoles o martes y jueves de 20:30 a 22:00 h

Podéis elegir uno o dos días a la semana, pero en el caso de escoger dos se recomienda dejar un día de reposo entre sesiones.



Climbat Barakaldo



+34 678 519 125



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



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



CLIMBAT BARAKALDO

GRUPO DE ENTRENAMIENTO

## TARIFAS

	1 DÍA / SEM	2 DÍAS / SEM
Socio/a	27,00€/mes	32,50€/mes
No Socio/a	49,50€/mes	57,50€/mes

## INCLUYE

- Monitores/as titulados
- Cuerdas y dispositivos de seguridad

## NO INCLUYE

- Pies de gato (Alquiler 3€/día)
- Casco (Alquiler 3€/día)
- Arnés (Alquiler 3€/día)

## CONDICIONES

Una ausencia en un día de entrenamiento no podrá ser recuperada. Si se desea realizar un cambio de días en los entrenamientos, se tendrá que consultar 5 días antes de que finalice el mes y se hará efectivo el primer día del mes siguiente. Este cambio irá sujeto a la disponibilidad de plazas.

Los clientes del grupo de escalada de cuerda 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, bajo ningún caso para seguir escalando. No son recuperables

las sesiones que coincidan con festivo y centro cerrado. Formando parte del grupo de escalada la entrada puntual tiene un precio de 4 €.



Climbat Barakaldo



+34 678 519 125



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



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