



CEM D'ESCALADA CLIMBAT LA FOIXARDA

TALLER DE CAIGUDES

QU ÉS I A QUI VA DIRIGIT

El taller de caigudes va dirigit a escaladors/es que vulguin aprendre més sobre les caigudes, practicar-les i vulguin guanyar confiança amb el material de seguretat. Les sessions estan enfocades tant en les caigudes en escalada esportiva com en bloc.

REQUISITS

És necessari saber usar el dispositiu de seguretat per a poder aprofitar al màxim les sessions.

OBJECTIUS

1. Aprendre a realitzar caigudes amb seguretat
2. Assegurar caigudes d'una manera segura segons la normativa oficial
3. Realitzar caigudes previsibles i imprevisibles
4. Perdre la por a les caigudes
5. Escalar de primer, de segon i en bloc d'una manera segura

PROGRAMA

Sessió 1: Conèixer els 4 rols de l'escalada + Escalar de segon i realitzar caigudes

Sessió 2: Conèixer els tipus de corda i dinamització + Escalar de segon i realitzar caigudes

Sessió 3: Errors comuns + Caigudes de primer 1 (progressives)

Sessió 4: Caigudes de primer 2 + El porteig i el Crash-pad + Caigudes en bloc



Climbat La Foixarda



93 292 54 80



lafoixarda@climbat.com



climbat.com



CEM D'ESCALADA CLIMBAT LA FOIXARDA

TALLER DE CAIGUDES

SESSIONS

El taller de caigudes està format per un total de 4 sessions de 90 minuts cadascuna. Consulta l'horari i les dates del pròxim taller disponible a través del correu del centre. Si no hi ha cap taller de caigudes pròximament deixa'ns el teu contacte i el centre contactarà amb tu quan realitzem el pròxim taller. El nombre mínim de participants per a la realització del curs és 6.

TARIFES

SOCI/A	NO SOCI/A
42€	57€

INCLOU

- TD2 d'escalada
- Cordes i dispositius de seguretat
- Peus de gat
- Casc
- Arnès

CONDICIONS

Els cursos són tancats i amb dates fixades. En el cas d'absència la sessió no podrà ser recuperada. Els participants no socis podran entrar i sortir de la instal·lació 15 minuts abans i després de la sessió per fer ús dels vestuaris, en cap concepte per continuar escalant.

