



CLIMBAT BARAKALDO

TALLER DE CAÍDAS

## QUÉ ES Y A QUIÉN VA DIRIGIDO

El taller de caídas va dirigido a escaladores/as que quieran aprender más sobre las caídas, practicarlas y quieran ganar confianza con el material de seguridad. Las sesiones están enfocadas tanto en las caídas en escalada deportiva como en bloque.

## REQUISITOS

Es necesario saber usar el dispositivo de seguridad para poder aprovechar al máximo las sesiones.

## OBJETIVOS

1. Aprender a realizar caídas con seguridad
2. Asegurar caídas de una manera segura según la normativa oficial
3. Realizar caídas previsibles e imprevisibles
4. Perder el miedo a las caídas
5. Escalar de primero, de segundo y en bloque de una manera segura

## PROGRAMA

Sesión 1: Conocer los 4 roles de la escalada + Escalar de segundo y realizar caídas

Sesión 2: Conocer los tipos de cuerda y dinamización + Escalar de segundo y realizar caídas

Sesión 3: Errores comunes + Caídas de primero 1 (progresivas)

Sesión 4: Caídas de primer 2 + El porteo y el Crash-pad + Caídas en bloque



Climbat Barakaldo



678 519 125



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



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



CLIMBAT BARAKALDO

TALLER DE CAÍDAS

## SESIONES

El taller de caídas está compuesto por un total de 4 sesiones de 90 minutos en viernes cada una. Consulta el horario y las fechas del próximo taller disponible a través del correo del centro. Si no hay ningún taller de caídas próximamente déjanos tu contacto y el centro contactará contigo cuando realicemos el próximo taller. El número mínimo de participantes para la realización del curso es 6.

## TARIFAS

SOCIO/A	NO SOCIO/A
42,50€	57,50€

## INCLUYE

- Técnico/a de escalada
- Cuerdas y dispositivos de seguridad
- Pies de gato
- Casco
- Arnés

## CONDICIONES

Los cursos son cerrados y con fechas fijadas. En el caso de ausencia la sesión no podrá ser recuperada. Los participantes no socios/as podrán entrar y salir de la instalación 15 minutos antes y después de la sesión para el uso de los vestuarios, bajo ningún concepto para seguir escalando.



Climbat Barakaldo



678 519 125



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



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