



Guías de montaña y barrancos

Curso de escalada en roca con Simón Elías

El objetivo de este curso es aprender las técnicas de seguridad de la escalada en montaña. Ascender paredes de varios largos colocando autoprotección con eficacia y seguridad y descender hasta el suelo con autonomía. Cómo pasar de la escalada deportiva a las paredes alpinas aprendiendo con uno de los mejores especialistas del país.

Simón Elías: director del Equipo Español de Alpinismo de la FEDME, se le entregó el Piolet de Oro por su ascensión de los 2000 m de pared del Meru norte en el Himalaya y ha ganado el premio PETZL por su ascensión de la cara oeste del Cerro Torre. Se dedica a la montaña desde 1995 de manera profesional acumulando en su currículum expediciones por todo el mundo. Ha realizado cursos y ascensiones con clientes en los Andes, los Alpes, el Himalaya y el Atlas. Desde la formación de guías de alta montaña hasta ascensiones técnicas en las caras nortes de los Alpes, pasando por la iniciación deportiva con niños y adultos, Simón dedica su vida a compartir jornadas de aventura y a gestionar la seguridad.

Condiciones físicas/nivel técnico

Iniciarse en esta modalidad exige una buena condición física. El esfuerzo que se realiza durante la actividad es sostenido. Es recomendable tener conocimientos básicos de escalada y un nivel de V+/6a en escuela.

Es importante que tengas en cuenta el nivel requerido para participar en cualquier programa: si no se adapta a tus condiciones físicas y nivel técnico, podrían verse frustradas tus expectativas.

Programa

Día 1:

Técnicas básicas de seguridad de escalada en pared: montaje de reuniones, aseguramiento al primero de cuerda, factores de caída, aseguramiento a un segundo de cuerda, descenso autoasegurado. Escalada de una vía de dos largos de cuerda y descenso.

Día 2.

Escalada de una vía equipada de varios largos de cuerda. Técnicas de progresión en montaña: fisuras, diedros y chimeneas. Repaso de técnicas practicadas durante el día anterior. Aseguramiento con doble cuerda I.

Día 3.

Colocación de seguros en la escalada en pared. Friends, fisureros, seguros naturales. Aseguramiento con doble cuerda II. Escalada de una vía de dos largos, descensos complicados, prácticas de progresión y aseguramiento.

Día 4.

Escalada de una vía de autoprotección de varios largos.

Este programa podría sufrir alguna variación a criterio del guía en función de las condiciones meteorológicas, de las condiciones físicas y técnicas de los participantes o por cualquier imprevisto que pueda ir en detrimento de la seguridad del grupo y del buen desarrollo del programa.

Condiciones particulares

Fechas: consultar.

Lugar de realización: Paredes de Ansó (Huesca). Estancia en el Camping Zuriza.

Grupos de 4 personas.

PRECIO POR PERSONA: 350 €

Servicios incluidos:

- Material común propio de la actividad: cuerdas dobles, friends y fisureros, cintas largas.
- Técnico deportivo de alta montaña.
- Seguro de asistencia.
- Estancia de 3 días en régimen de media pensión en el Camping Zuriza (Ansó, Huesca). Alojamiento en litera. Otro tipo de alojamiento, consultar precio.

Servicios no incluidos:

- Equipamiento personal.
- Almuerzos.
- Cualquier servicio no especificado como incluido.

Seguros:

En el seguro incluido en este programa queda excluido el rescate en montaña y los accidentes derivados de la práctica de escalada, alpinismo, descenso de barrancos, vías ferratas y esquí de montaña. En estos casos, recomendamos obtener la tarjeta de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada.

Equipamiento recomendado

- Arnés
- Pies de gato cómodos
- Casco
- 5-7 cintas exprés
- Cordino de 90 cm x 8mm
- Aparato asegurador
- Cinta plana fina de 180 cm
- Tres mosquetones de seguro
- Bolsa de magnesio
- Frontal
- Zapatillas ligeras para las aproximaciones
- Mochila 40-50 lts
- Pantalón de escalar largo, no pirata
- Chaqueta impermeable ligera
- Protección solar: gafas de sol y crema de factor alto
- Cantimplora
- Botiquín personal