

Descripción del Curso de Iniciación a la Escalada Deportiva

Informaciones:

<http://geckotokay.wordpress.com>

contacto@geckotokay.com

geckotokaychile@gmail.com

Fecha de inicio:

10 de Marzo de 2012

Cierre de inscripciones

5 de Marzo de 2012

Valor del curso

Público general: \$66.000.-

Federados – estudiantes: \$59.400.- (deben disponer de documento que acredite su condición)

Cupos

14 alumnos máximo.

08 alumnos mínimo para iniciar el curso.

Duración

El curso constará de 21 segmentos o sesiones, divididas en 10 teórico – prácticas, 10 prácticas y examen práctico con 52 horas cronológicas aprox.

Lugar a desarrollarse

Muro de escalada de la Escuela Naval, Aula en la Escuela Naval, Visita a tienda de montaña en Santiago y salidas a terreno a un lugar implementado para la escalada deportiva

Contempla Escalada en Muro Artificial y Roca.

Objetivos del curso:

- Que el alumno logre escalar de manera autónoma, con eficacia y seguridad en vías equipadas para escalada deportiva en roca natural o muro artificial considerando un grado de dificultad de iniciación.
- Que el alumno logre los conocimientos de seguridad y habilidades de escalada para un uso responsable de los lugares dispuestos para realizar escalada deportiva.
- Que el alumno logre dominar las normas de seguridad fundamentales para la práctica responsable de actividades de montaña en general y de la escalada deportiva en particular.
- Que el alumno comprenda el espíritu de la cordada, respeto a la naturaleza y de trabajo en equipo.

Contenidos generales del curso:

- Teoría y tecnicismos de la escalada: módulo teórico-práctico donde se efectuará visita profesional a una prestigiosa tienda de montaña en la ciudad de Santiago, que apoyará el aprendizaje de todo lo concerniente a equipo, vestuario, alimentación, glosario, seguridad, teoría de la técnica, comunicación en la cordada, nudos fundamentales en la escalada, anclajes, interpretación de mapas topográficos de zonas de escalada, entre otros; todo esto respaldado por nuestro manual de iniciación a la escalada deportiva.

- Preparación física: Módulo orientado a la planificación del entrenamiento relativo a la escalada deportiva en sesiones y ciclos, a la nutrición, y al cuidado y prevención de lesiones vinculadas a la escalada deportiva, el alumno será sometido a un exigente proceso de escalada, para ambientarlo a las condiciones que espera vivir en su práctica del deporte.

- Muro artificial: Módulo en donde se pondrá en práctica las distintas técnicas de progresión, en ambiente controlado, bajo techo en el mejor muro de escalada de la región.

- Escalada en roca: Módulo donde se aplicará lo aprendido en los módulos anteriores pero en un ambiente natural tal como lo enfrentarán los escaladores en sus salidas al aire libre, el alumno deberá aplicar técnicas y procedimientos estándar tal como nudos, formas de asegurar, anclajes y técnicas de progresión, entre otros, poniendo especial énfasis en la seguridad por ser el ambiente menos controlado y que genera mayor presión mental y física.

Metodología

Los contenidos del curso serán divididos en cuatro módulos (nombrados en el punto anterior), cada uno de ellos destinado a diferentes objetivos específicos.

Las clases serán teórico-prácticas y prácticas dictadas en ambientes controlados (muro de escalada) y salidas a terreno (roca), además de la rendición de un examen final de aprobación.

Seguridad

- Todas las clases, teóricas y prácticas, serán dictadas, dirigidas y supervisadas por personal capacitado para tales efectos.
- En el caso de los participantes menores de edad, deberán ser autorizados por sus padres, mediante los documentos destinados para ello.

Incluye

- Instructores certificados con basta experiencia como escaladores.
- Manual digital de Iniciación a la Escalada Deportiva. Desarrollado por nuestra escuela.
- Pasaje ida y regreso Quinta Región - Santiago en línea Turbus o similar para visita a tienda de montaña en la ciudad de Santiago.

Notas:

- La visita se desarrolla como parte del módulo Teoría y Tecnicismos de la Escalada, por lo tanto el alumno que no asista a dicha actividad no tiene derecho a solicitar posteriormente pasajes para visita independiente.
- Los pasajes locales dentro de la Quinta Región o Santiago no están incluidos.
- Los alumnos no tienen derecho a reembolso de pasajes para efectos de efectuar trayecto de manera independiente.
- Equipo técnico común para prácticas (cuerdas, mosquetones, cintas express, cintas tubulares, arneses, dispositivos de aseguramiento, cascos y guantes cuando sea necesario).
- Cordón de 6 mms de 2 mts de largo.
- Certificado emitido por Gecko Tokay Escuela al Aire Libre.
- Cierre del curso con choripán y bebida.

No Incluye

- Transporte en general.
- Equipo Personal (ropa deportiva, zapatillas)
- Alimentación
- Seguros (se recomienda consultar por las condiciones de los seguros)

Equipo Técnico Personal (sugerido)

- Arnés de Cintura (La escuela posee para las clases)
- 1 cordines diámetro entre 5 y 7 mm. 2 mts de largo.
- Cinta plana ó tubular. 2 mts de largo.
- Guantes de trabajo (preferente de cuero blando).
- Casco para la salida a terreno.
- Zapatillas de escalada. (no disponible en la escuela)
- Magnesio.

En caso de no tener este equipo o parte de él, la escuela podría facilitararlo previa solicitud.

Requisitos específicos

- Salud compatible con la actividad física
- **Ficha de inscripción.**
- **Firma de ficha de exención de responsabilidades.**
- Compromiso de no consumo - distribución de alcohol y/o drogas durante el curso.
- Pago del 50% del valor del curso al momento de la inscripción.
- Pago del 50% del valor del curso el día anterior al inicio del curso.

Modulo	Horas	Nº días	Fechas / Horas
Teoría y Tecnicismos	11 aprox.	2	Sábado 10 de Marzo 12:00 – 17:30 hrs. Domingo 11 de Marzo 12:00 – 17:30 hrs.
Preparación Física	11 aprox	2	Sábado 17 de Marzo 12:00 – 17:30 hrs. Domingo 18 de Marzo 11:00 – 13:00 hrs.
Escalada En Muro Artificial	12,5 aprox.	5	Miércoles 14 de Marzo 18:40 – 21:15 hrs. Viernes 16 de Marzo 18:40 – 21:15 hrs. Miércoles 21 de Marzo 18:40 – 21:15 hrs. Viernes 23 de Marzo 18:40 – 21:15 hrs. Miércoles 28 de Marzo 18:40 – 21:15 hrs.
Escalada En Roca	11 aprox.	2	Sábado 24 de Marzo 11:00 – 16:30 hrs. Domingo 25 de Marzo 11:00 – 16:30 hrs.
Examen, entrega de certificados y choripán.	6,5 aprox.	1	Sábado 31 de Marzo 11:00 – 17:30 hrs.
Reforzamiento a requerimiento	3	1	Viernes 30 de Marzo 18:40 – 21:15 hrs.
Total Horas	52 hrs. Aprox.		

Otros:

Los alumnos tendrán derecho a ir a reforzamientos o recuperación al muro de escalada por el precio de \$2.000.- por sesión mientras dure el curso. (siempre que deseen participar con el público general) si desean sesión especial del día viernes el costo es de \$3000 con un mínimo de 6 alumnos.

Si desean práctica de reforzamiento privada de roca, pueden contactarse con uno de los monitores y tendrá un costo de \$6000 por sesión por alumno con un mínimo de 4 alumnos.

Edad mínima para el curso de iniciación a la escalada deportiva es 14 años.

Los menores de esa edad podrán solicitar taller de escalada o podrán asistir a jornada de evaluación para determinar si pueden participar en el curso.

El mínimo de asistencia es de 85% de las clases pudiendo ausentarse por motivos debidamente justificados.

En casos de fuerza mayor, debido a complicaciones de más del 50% del curso se evaluará en conjunto con el resto de los alumnos, un posible cambio del cronograma.

Los alumnos que deseen adquirir seguro para el curso favor consultar por las condiciones de dicho sistema.