

# Curs d'Escalada en Roca Nivell 2 2023

## Programació (Octubre-Novembre 2023):

Dijous 26 Octubre: Presentació i 1a teòrica (Seu CMSC, 19-21:30h)

**Dissabte 28 Octubre: 1a pràctica** (Rocòdrom CMSC, 10-18h)

**Diumenge 29 Octubre: 2a pràctica** (Roca natural a concretar)

Dijous 9 Novembre: 2a teòrica (Seu CMSC, 19-21:30h)

**Dissabte 11 Novembre: 3a pràctica** (Roca natural a concretar)

**Diumenge 12 Novembre: 4a pràctica** (Roca natural a concretar)

Dimecres 15 Novembre: 3a teòrica + cloenda (Seu CMSC, 19-22h)

**Direcció:** Oliver Giralt i Quino Hernández

**Objectius:** Escalar de primer, amb autonomia i seguretat vies equipades de dos o més llargs

**Places:** 4 - 6

**Ratio professor/alumne:** 1/2 – 1/3

### Material individual:

- Peus de gat
- Arnès
- Casc
- Assegurador - Rapelador
- 6 mosquetons de seguretat (1 HMS, 5 D)
- 1 cordino de 6 mm x 150 cm de llarg (no cal comprar-lo ; obsequi del CMSC)
- 3 cintes cosides, 1 de 60cm i 2 de 120cm (aprox)
- 1 cordino de 7mm x 150 cm de llarg
- 8/10 cintes exprés (preferible llargues de 20cm)
- 1 corda ½ (aprox 8,5mm x 60m) per persona
- 2 maillon per persona
- Vestimenta adient per escalar i que permeti moviments

**Preu:** 180 € socis – 230 € no socis

**Assegurança:** Obligatòria (Llicència FEEC nivell C mínim). No s'admetran alumnes a les sortides sense assegurança

**Inscripcions:** Fins el **divendres 13 d'octubre**, a la recepció del CMSC o per l'oficina *on-line* al web [www.cmsc.cat](http://www.cmsc.cat)

[cmsc.cat](http://cmsc.cat)



[escolademuntanya.org](http://escolademuntanya.org)



Amb el suport de:



we suport:



© Quino Hernandez