

INDICACIONES PRUEBA ACCESO TD2 ESCALADA 22-23 JUNIO 2023

1. DOCUMENTACION

Los participantes deberán venir provistos de los siguientes elementos:

- DNI o Pasaporte originales y en vigor.
- Calzado y vestimenta apropiados para la práctica de una actividad de montaña y acorde a las condiciones y previsiones meteorológicas.
- Mochila de aproximadamente 30 l., con 10 kg. de peso. Se puede incluir paquetes de arroz, pasta o bien cuerdas (modo ejemplo). Los técnicos nos dicen que el agua y las pesas os será incomodo llevar como peso dado que se mueven mucho en la mochila.
- Comida y agua.
- Gafas y cremas protectoras.
- Se permite el uso de bastones en la prueba de condición física (primera parte)

2. CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

2.1. PRUEBA DE ORIENTACIÓN

22 DE JUNIO A PARTIR DE LA 17:00 H

A. Realiza **un circuito por terreno de baja y media montaña** con cartografía específica de montaña, demostrando el manejo combinado de distintas técnicas de orientación, el mapa y la brújula para la consecución de la toma de controles, trasportando una mochila con su equipo personal y un mínimo de 10 kg de peso.

B. **Se colocará un mínimo de 5 balizas en un recorrido mínimo de 6km** y se deberán localizar todas las balizas.

2.2. PRUEBAS DE ESCALADA

22 DE JUNIO A PARTIR DE LA 9:00 H

A. **Escala como primero de cordada una ruta de graduación 6C a vista.** En caso de caída o uso de algún medio artificial para progresar, deberá repetir desde el inicio en otra ruta de las mismas características, hasta un máximo de tres intentos, en un itinerario diferente cada uno de ellos.

B. **Escala como primero de cordada una ruta de graduación 6b semiequipada.** La prueba se realiza en dos rutas de graduación 6b semiequipadas, preferentemente en roca natural, propuestas por el tribunal. El candidato realizará una de las tres rutas propuestas por la organización, en el caso de no superarla, tendrá la posibilidad de intentar con los mismos criterios las otras dos vías propuestas debiendo superar una de ellas en libre y a vista.

2.3. PRUEBA PROGRESIÓN EN MEDIA Y BAJA MONTAÑA

23 DE JUNIO A PARTIR DE LA 9:00 H

A. Realizar un **recorrido de baja y media montaña** no balizado demostrando resistencia y agilidad, superando obstáculos y trasportando una mochila de 10 Kg de peso. El recorrido tendrá una distancia real de 15km y un desnivel de 1500metros de desnivel positivo acumulado. El tiempo de realización de la prueba será el establecido por el tribunal.

B. Prueba asociada: **«Progresión por terreno variado».** Durante el recorrido se deberá pasar por unos puntos de paso obligatorio en el orden propuesto y realizando los tramos acotados de terreno variado y de obligado paso, dispuestos a lo largo:

- Una zona de bloques.
- Una pendiente ascendente y otra descendente de hierba.
- Una trepada ascendente y otra descendente, de un resalte rocoso.

3. MATERIAL

El alumnado que se presente deberá llevar el siguiente material

3.1. MATERIAL PRUEBA DE RESISTENCIA TD2

- Bota de montaña con protección de tobillo y suela adherente.
- Mochila con capacidad suficiente para el material y el equipo personal y con la estructura adecuada para transportar de forma apropiada 10 kg de peso mínimo.
- Vestimenta técnica adecuada para el recorrido y la época del año.
- Comida y agua para la prueba.
- Protección solar y gafas.
- Botiquín individual.
- Brújula.
- Bastones (opcional).
- El aspirante organizará el material dentro de la mochila con un peso mínimo de 10kg.

3.2. MATERIAL PRUEBA DE ORIENTACIÓN TD2

- Bota de montaña con protección de tobillo y suela adherente.
- Mochila con capacidad suficiente para el material y el equipo personal y con la estructura adecuada para transportar de forma apropiada 10 kg de peso mínimo.
- Vestimenta técnica adecuada para el recorrido y la época del año.
- Comida y agua para la prueba.
- Protección solar y gafas.
- Botiquín individual.
- Brújula.

- Altímetro (recomendable).
- Bastones (opcional).
- Porta mapas (opcional).
- El aspirante organizará el material dentro de la mochila con un peso mínimo de 10 kg.

3.3. MATERIAL PRUEBAS ESPECÍFICAS

- Casco de escalada.
- Arnés específico de escalada.
- Pies de gato.
- Bolsa de magnesio.
- Cuerda simple 70 m.
- Dos cuerdas dobles 60 m (no gemela).
- Dispositivo aseguramiento para doble cuerda.
- Dispositivo de aseguramiento semi-automático para cuerda simple.
- Tres mosquetones de seguridad (como mínimo un HMS).
- Doce cintas expres.
- Cordinos y anillos de cintas de longitud variada.
- Juegos de fisureros.
- Juego de friends y microfrends.

El material deberá estar en buen estado y homologado para la práctica de los deportes de montaña y escalada.

4. CONTACTO

Si tenéis alguna duda podéis contactar:

Por email: secretaria@safeformacion.com / davidiglesias@safeformacion.com

Por teléfono: 988 606913

