



Excursión de Escalada deportiva en Roca.

Número máximo de participantes: 15 participantes.

Edades: comprendidas entre los 12 y los 20 años.

Fecha: Lunes 29 de Marzo de 2021.

Horario de la actividad: 9:30h a 13:30h con llegada y salida del autobús de Torreforum. Torrelodones.

Precio: 15€ incluye monitores de escalada, seguro de accidentes, material específico (**excepto los pies de gato**) y traslado en autobús de Torrelodones a Navalmedio y regreso.

Lugar: Navalmedio (Cercedilla).

Objetivo de la salida.

Familiarizarte con las técnicas más básicas de seguridad y progresión de la escalada en roca.

Contenidos del curso,

- Conocimiento y familiarización con el material y equipo de la escalada deportiva en roca.
- Nudos básicos.

Material y equipo necesario,

- Vestimenta adecuada para la actividad (ligera y cómoda) y acorde con la estación del año.
- Pantalón largo.
- Mochila 30 litros aprox.
- Cantimplora o botella de agua.
- Gafas de sol.
- Crema protectora para el sol.
- Algo de comida.
- **PIES DE GATO.**

*** Ratio máxima: Profesor-Alumno,**

1 profesor / 8 alumnos

Se trata de una actividad guiada y organizada en la que los participantes deben seguir en todo momento las propuestas de los monitores y guías.

Inscripción: zonajoventorrelodones.com

INSCRIPCIONES: ¡Apúntate desde casa!

Entra en www.zonajoventorrelodones.com > [área privada](#) y sigue los pasos.

Si te lías, te ayudamos: 607 27 87 33 o informacionjuvenil@ayto-torrelodones.org

ZONA JOVEN TORREFORUM Ada. de Torrelodones, nº 8 (junto al minifutbol)



@Zonajoventorreforum



@Torrelomola