DESLÍZATE POR LA ROCA

Jornadas de Puertas Abiertas - Escalada en Rocódromo

Lugar de encuentro: Muro de Escalada de la UJA (edificio B-3).
Fechas y horarios:

- Miércoles **20 de marzo**. Mañana de 10:00 a 13:30 horas.
- Viernes **12 de abril.** Mañana de 10:00 a 13:30 horas.
- Miércoles **8 de mayo**. Mañana de 10:00 a 13:30 horas.

Nº de plazas: 10 plazas.
Dificultad: FÁCIL. Iniciación con vías de diferentes dificultades (VI, V y VI grado)

Material necesario: zapatillas de deporte, ropa cómoda y deportiva (se recomienda pantalón largo). Gorra, agua y protección solar.

Descripción

Jornadas de escalada en el nuevo rocódromo de la Universidad de Jaén, situado en el muro del edificio B-3. Actividad con 3 vías de IV, V y VI grado, ideales para iniciarse en este deporte. Paralelamente a la actividad, el monitor imparte dará unas básicas de escalada: nudos, material, uso de cuerda, técnica, etc. (para profundizar más en materia, se recomienda participar en los cursos específicos de escalada).

OBJETIVOS:

*Dar continuidad al alumno en la práctica de este deporte saludable y divertido.
*Desarrollar las cualidades innatas y los conocimientos obtenidos en los cursos de escalada impartidos por el Servicio de Deportes.
*Fomentar actitudes como son el compañerismo y la autoestima.

IMPORTANTE:

* Llevar zapatillas de deporte o montaña y ropa cómoda y ligera (se recomienda pantalón largo para evitar rasguños y heridas con la roca).
* En todos los deportes de aventura deberemos valorar nuestras posibilidades conforme a las características de la actividad. Para ello, cualquier duda podemos consultar con el monitor responsable (JOSE M. LARA 607 157 983).