



## DESLÍZATE POR LA ROCA VÍAS FERRATA



### VÍA FERRATA DE CASTILLO DE LOCUBÍN

**Fecha y hora de salida:** jueves 28 de abril a las 15'00 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 20'00 horas aproximadamente. **Dificultad:** INICIACIÓN. Apto para personas que deseen disfrutar en el mundo de la roca.

### VÍA FERRATA DE LOJA

**Fecha y hora de salida:** miércoles 11 mayo a las 8'00 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 15'00 horas aproximadamente. **Dificultad:** MODERADO. Apto para personas con conocimientos básicos de escalada y que no sufran vértigo.

**Desplazamiento:** en furgonetas. **Nº plazas:** 15 plazas.

**Material necesario:** zapatillas de deporte o montaña, ropa cómoda y adecuada a la temperatura, útiles de aseo, toalla y ropa de repuesto. Gorra, protección solar, chubasquero cortavientos.

**Incluye:** Desplazamiento ida/vuelta, Guías-monitores, Seguro accidentes, material técnico necesario (arnés, casco, disipadores y cuerdas).

### OBJETIVOS:

- \*Introducir al alumno en este deporte saludable y divertido.
- \*Desarrollar las cualidades innatas para la práctica de la escalada así como el aprendizaje de las técnicas de progresión básicas de este deporte.
- \*Fomentar actitudes como son el compañerismo y la autoestima.

### IMPORTANTE:

- \*Llevar calzado adecuado como zapatillas deportivas o de montaña. También calcetines transpirables y vestimenta ligera, transpirable y cómoda.
- \*Para evitar heridas con la roca, iremos con mallas o pantalón largos. Unos guantes de gimnasio nos vendrá bien para agarrarnos a los clavos y grapas metálicas.
- \* **Durante el transcurso de las actividades y para evitar retrasos y/o accidentes, el monitor valorará que persona está capacitada para realizar una vía determinada.**
- \*En todos los deportes de aventura debemos valorar nuestras posibilidades según las características de la actividad. Para ello, podemos consultar con el monitor responsable (JOSE M. LARA 607 157 983).