



DESLÍZATE POR LA ROCA

Jornadas de Escalada en Rocódromo

Edificio Ciencias Experimentales y de la Salud (B-3)-UJA



JORNADA DE ESCALADA EN ROCA

Lugar de salida: Edificio B-3 de la UJA.

Fechas y horarios: viernes **18 DE NOVIEMBRE** y viernes **16 DE DICIEMBRE**, de 10:00 a 14:00 horas.

Nº plazas: 12 plazas.

Dificultad: INICIACIÓN.

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

Incluye: Desplazamiento ida/vuelta, Guías-monitores, Seguro accidentes, material técnico necesario (arnés, casco, pies de gato, mosquetones, gri-gri y cuerdas).

Descripción

Jornadas de escalada en el rocódromo de la UJA con dificultad hasta V grado. Actividad orientada a introducir al participante en el mundo de la escalda en roca.

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 zapatillas de deporte o montaña y ropa cómoda y ligera (se recomienda pantalón largo para evitar rasguños y heridas).
- * La actividad se llevará a cabo en el rocódromo de la Universidad, situado en el edificio B-3.
- * En todos los deportes de aventura es deberemos valorar nuestras posibilidades conforme a las características de la actividad. Para ello, podemos consultar con el monitor responsable (JOSE M. LARA 607 157 983).