

CURSO INICIACIÓN DE ESCALADA EN ROCA CASTROS DE BAROÑA Y CARIÑO



¿Quieres probar la escalada? Genial, esta experiencia trata de disfrutar de un primer contacto con la roca.

Tanto si ya has ido al rocódromo, como si el concepto “pies de gato” no te suena...

Una actividad para iniciarse en el mundo de la escalada.

El bautismo de escalada en roca es una experiencia de iniciación pensada para personas que quieren probar la escalada por primera vez. Se realiza en un entorno natural y siempre acompañado por guías especializados que enseñan las técnicas básicas y garantizan la seguridad.

Durante la actividad se aprende a usar el material (arnés, casco, cuerda), las normas básicas de seguridad y los movimientos fundamentales para progresar por la pared. No se necesita experiencia previa, solo ganas de disfrutar y superarse.

Es una aventura perfecta para conectar con la naturaleza, ganar confianza y vivir la emoción de escalar en roca real.

CONTENIDO CURSO

Material de seguridad. Conocer y manejar.

Nudos y técnica gestual básica.

Técnicas de aseguramiento y progresión.

1.- LUGAR

ZONA A

CASTROS DE BAROÑA

Porto Do Son (A Coruña)

DISTANCIA (EN KM)

5 km Porto do Son - 12 km Portosín - 19 km Noia - 32 km Ribeira - 54 km Santiago de Compostela - 86 km Pontevedra
108 km Vigo - 113 km A Coruña - 170 km Ourense - 210 km Lugo

ZONA B

O CRAVADOIRO

Cariño (A Coruña)

DISTANCIA (EN KM)

15 km Ortigueira - 28 km Cedeira - 60 km Ferrol - 90 km A Coruña - 140 km Santiago de Compostela - 150 km Lugo
200 km Pontevedra - 210 km Ourense - 230 km Vigo

2.- HORARIOS

DURACIÓN

4 H

HORARIOS

Variable en función de la disponibilidad del grupo.

3.- REQUISITOS

La **edad mínima** son **8 años** siempre que se venga acompañado de padres o tutores legales que asistan.

El número de participantes: **mínimo de 2 personas, máximo 8 personas.**

4.- EQUIPAMIENTO

MATERIAL INCLUIDO

Arnés, pies de gato, casco, cuerda de escalada, asegurador, cintas express y mosquetones.

NO TE OLVIDES DE TRAER

Ropa cómoda para la actividad física y un calzado adecuado para caminar por el monte.

Mochila pequeña con agua (0'5 L mínimo) y merienda.

5.- TARIFA

90 € por persona

EL PRECIO INCLUYE

Material técnico + guía de escalada titulado TD2 + seguros de accidentes y responsabilidad civil + reportaje fotográfico

Tarifa IVA incluido.

6.- FICHA TÉCNICA

Para + info haz clic en el siguiente enlace:

<https://aventurasengalicia.com/actividad/escalada-en-castros-de-barona-carino-curso>