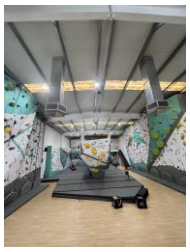
Iniciación a la Escalada

Descripción de la Actividad	 La escalada ha sido una de las actividades deportivas más demandada dentro del programa, por eso volvemos a daros la oportunidad de practicar este deporte dentro del Alterna en tu Ocio. Aprende las nociones básicas de la escalada en unas instalaciones totalmente preparadas con diferentes niveles de dificultad para que vayas superando poco a poco tus propias metas de la mano de unos monitores especializados que te irán guiando en todo momento. Disfruta de la experiencia de escalar en un rocódromo y eleva tu nivel de adrenalina mientras lo practicas y, para comenzar el entrenamiento, tendrás que conseguir tu plaza…, ¡suerte!
Fecha	Inscripción: Del 3 al 5 de abril Realización: Viernes 5 de abril de 2024
Información Básica	Un único turno de 20 plazas Hora de inicio: 21h Hora finalización: 0h (aproximadamente) Lugar de realización: Spaceblock – c/ La Bohème nº 21 (Polígono Industrial Alameda)
¿Qué haremos?	- Recepción del grupo y presentación de los monitores. - Conocimientos básicos de la escalada deportiva. - Tipos de nudos y encordamientos básicos. - Prácticas de aseguramiento. - Práctica de escalada. - Valoración de la actividad.
Ten en cuenta….	Vas a practicar un deporte, por lo que debes traer ropa adecuada para realizar ejercicio físico. Todo el material necesario para practicar la escalada está incluido, pero tendrás que traer unos calcetines para ponerte los pies de gatos que te dejarán para poder escalar.
Requisitos para participar	El programa **Alterna en tu Ocio** está sujeto a una política de **Sanciones** recogida en la **Normativa de Participación** que puedes consultar www.juventud.malaga.eu Es imprescindible estar registrado en la Base de Datos de Juventud para poder participar en el programa, así como tener entre 15 y 35 años. Los menores de edad tendrán que presentar la autorización de uno de sus tutores legales junto a la fotocopia del documento acreditativo (DNI, pasaporte) antes del inicio de la actividad. Podrás participar en la actividad hasta un máximo de cinco minutos pasada la hora prevista de inicio, por lo que se recomienda llegar al lugar de ejecución unos minutos antes del inicio de la actividad. Pasado ese tiempo, la plaza quedará libre a disposición de otros usuarios interesados, sin derecho a ninguna reclamación. **Antes de comenzar la actividad tendrás que presentar obligatoriamente el D.N.I. (o cualquier otro documento oficial equivalente)**
Si necesitas más información	Puedes contactar con Más Animación: aeto@masanimacion.com