

## ESCUELA DE ESCALADA ROCÓPOLIS

### Grupos de Extraescolar y Equipo 2022/2023

Comenzamos un nuevo curso 2022/2023 para niños/as de 5 años a jóvenes de 17 años relacionadas con el ocio, el tiempo libre, la actividad físico-deportiva y el desarrollo personal y grupal en torno a la actividad de la escalada y la montaña.

#### EXTRAESCOLAR ESCALADA

Este programa va dirigido a aquellas niños/as que quieren iniciarse o continuar con la actividad de la escalada deportiva y la montaña desde una perspectiva lúdica deportiva.

OPCION: posibilidad de 1 clase o 2 clases por semana.

##### Objetivos

- Disfrutar de la actividad.
- Fomentar el trabajo en grupo y promover unas normas básicas de convivencia.
- Conocer las características, normas y usos de las instalaciones.
- Conocer y desarrollar las diferentes habilidades relacionadas con la escalada.
- Dotar a los/las alumnos/as de los conocimientos básicos sobre materiales, nudos, maniobras y conceptos para realizar la escalada deportiva en instalaciones artificiales con seguridad y ser capaces de utilizarlos correctamente.
- Cumplir y respetar las normas básicas de seguridad y aprender a gestionar el riesgo que implica esta actividad, desde la responsabilidad y la seguridad de la cordada y el grupo.
- Desarrollar autonomía y confianza en uno mismo, adoptando una posición optimista ante situaciones desconocidas.

#### EQUIPO ROCÓPOLIS

Este programa va dirigido a aquellos chicos y chicas que ya llevan un tiempo escalando y quieren profundizar en la actividad de escalada deportiva y montaña. Desarrollamos un plan formativo-deportivo progresivo para mejorar las habilidades físicas, técnicas, tácticas, psicológicas y biológicas relacionadas con la actividad.

OPCION: obligatorio 2 clases por semana.

##### Objetivos

- Disfrutar de la actividad.
- Mejorar las diferentes habilidades relacionadas con la escalada: físicas, técnicas, tácticas, psicológicas, biológicas...
- Profundizar en contenidos y conocimientos relacionados con la escalada y el medio donde se desarrolla.
- Cumplir y respetar las normas básicas de seguridad.
- Desarrollar autonomía y confianza en uno mismo, adoptando una posición optimista ante situaciones desconocidas.
- Aprender a gestionar el riesgo que implica esta actividad, desde la responsabilidad y seguridad de la cordada y el grupo.
- Fomentar el trabajo en grupo.
- Crear interés y respeto por el medio natural y conocer las incidencias y los impactos que supone la escalada en el medio.



## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

### Calendario

El curso comenzará el 19 de septiembre de 2022 y finalizará el 23 de junio de 2023. (Pendiente de confirmación)

### Horario

- Extraescolar: Lunes, martes, miércoles, jueves y viernes de 17:00h a 18:30h. (Pendiente de confirmación)
- Equipo: Lunes/miércoles o martes/jueves de 19:00 a 20:30 Equipo. (Pendiente de confirmación)

### Requisitos mínimos

Grupos mínimos de 8 personas y máximos de 10 personas.

Recomendable estar federado/a en la Federación Navarra de Deportes de Montaña y Escalada (FNDME).

### Precio

Cuota mensual 1 día / semana

39,00€ / mes por persona

Cuota mensual 2 días / semana

56,00€ / mes por persona

### Material

Los materiales para poder realizar la actividad serán personales:

- Material personal: ropa deportiva adecuada para realizar la actividad, toalla y magnesio líquido.
- Material escalada obligatorio: arnés, pies de gato, casco, magnesera.
- Recomendable: mosquetón + gri-gri y cuerda.

### Funcionamiento

- No se reservan plazas; se irán ocupando por orden de llegada de la ficha de inscripción.
- La ficha de inscripción tiene que tener TODAS las casillas debidamente cumplimentadas, de lo contrario no se dará por válida.
- Empadronados/as en Berrioplano: obligatorio presentar el certificado de empadronamiento en caso de haber algún tipo de acuerdo con el Ayuntamiento.
- La inscripción no estará formalizada hasta que Rocópolis envíe la confirmación.
- Las informaciones y notificaciones durante el curso escolar se realizarán única y exclusivamente vía mail ([cursos@rocopolis.com](mailto:cursos@rocopolis.com))
- La falta de asistencia a las clases no será recuperable, ya que son grupos cerrados.
- A la hora de darse de baja de la actividad se deberá avisar antes del 25 del mes previo por escrito vía mail. Una vez que se haya pasado la remesa (cuota de la actividad el 25 de cada mes) no se realizará ninguna devolución.
- Las cuotas devueltas por cualquier circunstancia y abonadas en recepción tendrán un suplemento de 3,00€ de gastos de comisión.
- Rocópolis se reserva el derecho de cancelar el curso en cualquier momento si el número de participantes no llega a un mínimo establecido.

