

ESCOLA BALEAR D'ACTIVITATS DE MUNTANYA  
Oficina de la Federació Balear de Muntanya i Escalada  
C\ Uruguai s/n. (Palma Arena) CP 07010  
Telf. 971 291 374  
E-mail: [infoebam@gmail.com](mailto:infoebam@gmail.com)



## **PROVA D'ACCÉS ALS ENSENYAMENTS D'ESPORTS DE MUNTANYA I ESCALADA - NIVELL 2 ESCALADA**

Els aspirants a fer les proves d'accés de nivell 2 queden convocats dia 15 de juny de 2019.  
Punt de Trobada: IES Guillem Colom Casanovas. Avda Pintor Juli Ramis, 07100 Sóller  
Hora: 07,00 h.

\*Nota: Hi haurà una reunió prèvia, per resoldre possibles dubtes, el dijous 13 de setembre a les 19 h al CTEIB

### **PROVES A REALITZAR PER L'ASPIRANT**

#### **Primera part: valoració de la condició física**

- Recórrer un itinerari de terreny variat de muntanya de 1.500m. de desnivell positiu acumulat, transportant un motxilla carregada amb 10 Kg de pes.

Aquesta primera part se supera quan l'aspirant finalitza el recorregut en el temps establert pel tribunal.

#### **Condicions de les proves**

- Portar el material obligatori requerit per l'organització.
- A les 7,00 h es pesaran les motxilles, abans de la sortida. Els aspirants han de portar els 10kg de pes durant totes les proves, els jutges poden demanar a l'aspirant, en qualsevol moment pesar la motxilla. Dins aquests 10 kg. pes no compten el menjar ni el beure que es consumeixi durant la prova. No dur el pes demanat és motiu de desqualificació de la prova.
- A les 7'30 h es dona la sortida.
- Durant el recorregut hi ha punts de control pels quals s'ha de passar obligatòriament. No passar per algun punt suposarà la desqualificació de la prova.
- Al finalitzar la prova de resistència es faran les proves d'habilitat. Per les proves d'habilitat hi haurà un temps limitat establert pel tribunal.
- Es recomana als aspirants portar cartografia de la zona, ja que l'organització proporciona un full informatiu i aproximat del recorregut de la prova.
- Avisar a l'organització en el cas d'abandonament o accident.

**\*En el cas d'abandonar la prova l'aspirant s'ha de posar en contacte, obligatòriament, amb l'organització al nº de telf 629 422 146 (Pep).**

#### **Material obligatori:**

- Roba de muntanya adequada, tèrmica i impermeable.
- Botes de tresc, amb protecció del turmell i sola adherent.
- Motxilla amb capacitat suficient per al material, l'equip personal i els 10 Kg de pes mínim obligatori amb què s'ha de fer la prova de condició física.
- Brúixola.
- Cartografia de la zona
- Beguda i menjar.
- Farmaciola individual.
- Protecció solar i pel fred.

## **Segona part: valoració de les habilitats específiques**

### **Prova d'escalada**

Completar, en el temps establert prèviament, cinc itineraris diferents:

- a) Dos recorreguts diferents, equipats de dificultat 7a i longitud mínima de 25 metres, en escalada a vista.
- b) Dos recorreguts diferents, no equipats de dificultat 6b i longitud mínima de 25 metres.
- c) Un recorregut, no equipat de dificultat de A2 i longitud mínima de 25 metres en escalada artificial.

### **Avaluació**

En cas de caiguda, l'aspirant haurà de començar de nou el recorregut corresponent des del lloc del seu començament i actuant com a primer de cordada. Aquesta segona part se superarà quan l'aspirant, en els temps establerts prèviament, hagi:

- a) Realitzat almenys un dels dos itineraris equipats de dificultat 7a, en escalada a vista.
- b) Finalitzats els dos itineraris no equipats de dificultat 6b.
- c) Finalitzat l'itinerari no equipat de dificultat de A2, en escalada artificial.
- d) Selecció i emprat correctament el material específic d'escalada en quantitat adequada.
- e) Obtingut almenys 3 punts a cada una de les proves, en fer mitjana la qualificació que li assignin els tres avaluadors, cada un dels quals podrà atorgar-lo fins a un màxim de 5 punts

## **2 convocatòria de la prova d'accés**

### **PROVA D'ESCALADA**

Punt de Trobada: Sóller (benzinera)

Hora: 7,30 h.

### **Material obligatori**

- Arnès d'escalada.
- Peus de moix.
- Casc.
- Bossa magnesi
- Corda simple 70 m
- 2 cordes dobles de 60 m (No bessona)
- Dispositiu assegurament per corda doble
- Dispositiu assegurament semi-automàtic per corda simple
- 3 mosquetons de seguretat (com a mínim 1 ha de ser HMS)
- 12 cintes exprés
- Cordinos i anells de cinta de longitud variada
- Joc de fissuriers
- Joc de friends i micro-friends
- Equip individual de progressió per artificial (dos estreps, provador del tipus daisy chain i sistema d'ancoratge ràpid dl tipus fifi)

**\*el material ha d'estar en bon estat i homologat per a la pràctica d'esports de muntanya**