



# Curso de multiactividades estivales en alta montaña

**Descenso de barrancos, vías ferratas,**

**escalada, ascenso a un 3.000 m.**

## **OBJETIVOS:**

Acercarnos de forma global a la montaña estival de alta montaña, a través de varias de actividades de montaña aprendiendo las técnicas básicas de progresión y factores de riesgo genéricos a la alta montaña estival.

## **DIRIGIDO A:**

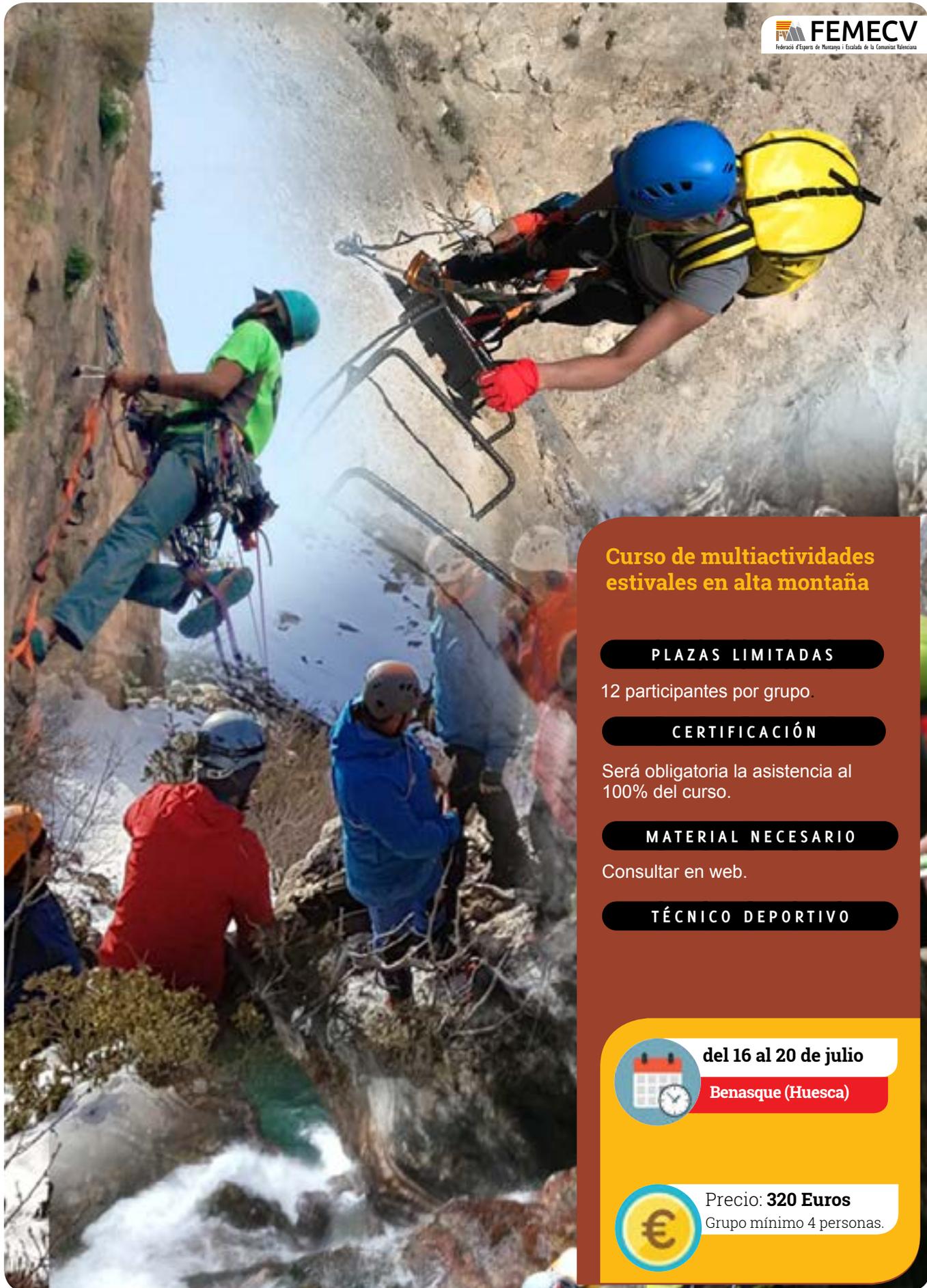
Deportistas que quieren acercarse a la montaña estival desde varias actividades diferentes.

## **REQUISITOS:**

Se recomienda haber practicado alguna vez deportes de montaña. Saber rapelar y nadar. Importante disponer de una condición física buena para un buen aprovechamiento del curso.

## **CONTENIDOS:**

- El descenso de barrancos. Secos y acuáticos.
- Vías ferratas.
- Escalada.
- Ascenso al Aneto.



## Curso de multiactividades estivales en alta montaña

### PLAZAS LIMITADAS

12 participantes por grupo.

### CERTIFICACIÓN

Será obligatoria la asistencia al 100% del curso.

### MATERIAL NECESARIO

Consultar en web.

### TÉCNICO DEPORTIVO



del 16 al 20 de julio

Benasque (Huesca)



Precio: **320 Euros**  
Grupo mínimo 4 personas.