

## PRUEBA DE PROGRESION POR TERRENO VARIADO

### *¿EN QUÉ CONSISTE?*

Cargados con una mochila de mínimo 10 kg, se completara un recorrido de media montaña con un desnivel positivo acumulado de 1500 metros y una distancia real minima de 12 km.

Los tramos acotados serán cinco, como mínimo:

- Una zona de bloques.
- Una pendiente ascendente y otra descendente de hierba.
- Una trepada ascendente y otra descendente, de un resalte rocoso de nivel I de la escala de dificultad de la Union Internacional de Asociaciones de Alpinismo (UIAA)

El tiempo sera establecido por el tribunal siguiendo los siguientes criterios:

- Se recorrerán los 1500 metros de desnivel positivo acumulado a una velocidad de 500 metros por hora.
- Se recorrerán los kilómetros establecidos en el itinerario (mínimo 12) en sus tramos de llano a una velocidad de 5 km/h.
- El tribunal comprobara y ajustara el tiempo de acuerdo con los criterios establecidos mediante un abridor que realizara el itinerario en las mismas condiciones que los aspirantes. El tribunal podrá incrementar el tiempo hasta en un 20%.

### *¿QUÉ EVALUARÁ EL TRIBUNAL?*

- El aspirante deberá **superar un itinerario de montaña** por terreno variado no balizado de 1500 metros de desnivel positivo acumulado y un mínimo de 12 km de distancia real.
- El aspirante debe **superar con efectividad y equilibrio** los tramos acotados del itinerario.
- El aspirante deberá **superar el itinerario en un tiempo igual o inferior** al establecido por el tribunal.
- El aspirante deberá **portar una mochila de mínimo 10kg** durante todo el recorrido.

## PRUEBA DE ORIENTACIÓN

### *¿EN QUÉ CONSISTE?*

- Cargados con una mochila de 10 kg, el aspirante completará un recorrido de orientación por media montaña con un mínimo de 5 balizas y un máximo de 6 km de distancia real.
- El tiempo de realización de la prueba será establecido por el tribunal, siguiendo los siguientes criterios:
  - o Se recorrerán los tramos con desnivel positivo a una velocidad de 300 metros por hora.
  - o Se recorrerán los kilómetros establecidos (máximo 6 km), en susterrenos llanos a una velocidad de 3 km/h.
  - o El tribunal comprobará y ajustará el tiempo de acuerdo con los criterios establecidos mediante un abridor que realizara el itinerario en las mismas condiciones que los aspirantes. El tribunal podrá incrementar el tiempo hasta en un 20%.

### *¿QUÉ EVALUARÁ EL TRIBUNAL?*

- El aspirante debe **superar un circuito de orientación** por terreno variado de media montaña con un mínimo de 5 balizas y un máximo de 6 km, utilizando las técnicas de orientación adecuadas y respetando los protocolos de seguridad.
- El aspirante debe **superar el itinerario en un tiempo igual o inferior** al establecido por el tribunal.
- El aspirante deberá **localizar todas las balizas**.
- El aspirante deberá **portar una mochila con 10 kg** de peso durante todo el recorrido.

## PRUEBA DE ESCALADA LIBRE A VISTA.

### *¿EN QUÉ CONSISTE?*

- El aspirante deberá **escalar una vía** de graduación 6C utilizando la modalidad “a vista”, en libre y con la técnica de cuerda simple. Habrá 3 vías dispuestas por la organización, y el aspirante deberá realizar una y en caso de no superarla podrá intentarlo en las otras dos.
- El aspirante deberá **presentar al tribunal el material** que va a utilizar en la ruta:
  - o Casco

- Arnés
  - Pies de gato
  - Cuerdas
  - Material de seguridad
- El aspirante debe colocarse el material necesario para la ejecución del itinerario.
  - El aspirante deberá superar la vía en un tiempo igual o inferior al marcado por la organización, que será la media aritmética de dos abridores, pudiéndose incrementar en un 20%.

### *¿QUÉ EVALUARÁ EL TRIBUNAL?*

- El aspirante deberá **seleccionar el material** que va a utilizar en la ruta:
- Se deberá **comprobar el estado y seguridad** del material
- El aspirante deberá **equiparse** de manera que tenga fácil acceso al material durante la escalada.
- El aspirante deberá **colocarse** arnes, casco y pies de gato, de acuerdo con el protocolo de seguridad.
- El aspirante deberá **encordarse** con un nudo que garantice la seguridad en la prueba
- El aspirante debe supercar una ruta de graduación 6C, utilizando manos y pies en la escalada y sin ayuda artificial.
- El aspirante deberá **realizar la ruta** sin ninguna caída.
- El aspirante debe realizar la ruta **en un tiempo** igual o inferior al establecido por las organización.

## PRUEBA DE ESCALADA EN VIA SEMIEQUIPADA

### *¿EN QUÉ CONSISTE?*

- El aspirante deberá **superar** una de las dos rutas, de graduación 6B, establecidas por la organización. En el caso de no superar una, tendrá otra oportunidad en la otra vía.
- El aspirante deberá **seleccionar y presentar** al tribunal el material que va a utilizar en la ruta:
  - Casco
  - Arnés
  - Pies de gato
  - Cuerdas
  - Material de seguridad
- El aspirante debe colocarse el material necesario para la ejecución del itinerario-

- Durante la escalada irá colocando los seguros que considere necesarios respetando el número mínimo propuesto por el tribunal.
- El aspirante deberá superar la vía en un tiempo igual o inferior al marcado por la organización, que será la media aritmética de dos abridores, pudiéndose incrementar en un 20%.
- En caso de caída o uso de algún medio artificial para progresar, deberá repetir desde el inicio en otra ruta de las mismas características, hasta un máximo de dos intentos, en un itinerario diferente cada uno de ellos.

### *¿QUÉ EVALUARÁ EL TRIBUNAL?*

- El aspirante deberá **seleccionar** el material que va a utilizar en la ruta
- Se deberá **comprobar el estado y seguridad** del material
- El aspirante deberá **equiparse** de manera que tenga fácil acceso al material durante la escalada.
- El aspirante debe colocarse arnes, casco y pies de gato de acuerdo con el protocolo de seguridad.
- El aspirante deberá **encordarse** con un nudo que garantice la seguridad en la prueba.
- El aspirante debe realizar la ruta pasando de forma ascendente la cuerda por todos los seguros.
- El aspirante deberá **colocar los seguros móviles** respetando el mínimo establecido por el tribunal.
- El aspirante debe superar la vía utilizando las manos y los pies en la escalada sin ayuda artificial.
- El aspirante deberá **realizar la ruta** sin ninguna caída.
- El aspirante deberá **superar la vía en un tiempo** igual o inferior al marcado por la organización.