

# Escalada I



Nivel	Año	Institución de origen
2	1970	Asociación General

## REQUISITOS:

- 1 Explicar a su instructor los riesgos que probablemente encuentre al participar en actividades de escalada y rapel, y qué debe hacer para anticipar, ayudar a prevenir, mitigar y responder a estos peligros.
- 2 Hacer lo siguiente:
  - a. Explicar cómo se clasifica la dificultad de las escaladas y aplicar clasificaciones a las paredes rocosas donde demostrará sus habilidades de escalada.
  - b. Explicar lo siguiente: Moulinette, escalada dirigida y búlder.
  - c. Evaluar la seguridad de un área de escalada en particular. Considerar el clima, la visibilidad, la condición de la superficie de escalada y cualquier otro peligro ambiental.
  - d. Determinar cómo pedir auxilio al área de escalada en caso de una emergencia.
- 3 Demostrar y explicar el uso apropiado de los comandos verbales que se usan en lo siguiente:
  - a. Escalada
  - b. Rápel
  - c. Búlder
  - d. Asegurar
- 4 Familiarizarse y conocer el uso de los siguientes equipos:
  - a. Mosquetones
  - b. Dispositivo asegurador–descensor (sistema de freno)
  - c. Cuerda de escalada de nailon
  - d. Arnés de escalada
  - e. Casco
  - f. Zapatos de escalada
- 5 Hacer lo siguiente:
  - a. Describir los tipos de cuerdas aceptables para escalar y rapel.
  - b. Explicar la diferencia entre la cuerda estática y dinámica.
  - c. Mostrar cómo examinar una cuerda en busca de señales de desgaste o daño.
  - d. Discutir formas de evitar que una cuerda se dañe.
  - e. Explicar cuándo y cómo se debe desechar una cuerda.
  - f. Discutir el cuidado apropiado y el almacenamiento de una cuerda para escalar.
  - g. Enrollar correctamente a una cuerda.
- 6 Demostrar la habilidad de amarrar correctamente los siguientes nudos:
  - a. Figura de ocho con seno
  - b. Pescador doble
  - c. Nudo de cinta (nudo de agua)
  - d. Prusik
  - e. Ballestrinque

# Escalada I



Nivel	Año	Institución de origen
2	1970	Asociación General

- 7 Demostrar la técnica adecuada de aseguramiento al asegurar al menos tres escaladores en escaladas de al menos 15 m (50 pies) de altura.
- 8 Demostrar la técnica de escalada adecuada al escalar al menos tres subidas de al menos 15 m (50 pies) de altura y un índice de 5.3 o más en el Sistema Decimal Yosemite (YDS).
- 9 Demostrar la técnica adecuada al rapelear al menos tres rapeles de al menos 15 m (50 pies) de altura mientras está correctamente asegurado.
- 10 Demostrar la técnica adecuada al usar nudos Prusik para escalar una cuerda de 10 m (33 pies).
- 11 Leer la historia de 1 Samuel 14 en lo que se refiere a la fe y la escalada.

