



CURSO DE ESCALADA ARTIFICIAL

Listado de Equipo y Vestimenta

A continuación, presentamos un listado de la ropa y el equipo que son necesarios durante el curso. Además, listamos algunos ítems que sugerimos de manera opcional y que podrían dar mayor confort durante la actividad. La primera lista que presentamos, son los equipos **requeridos** para el desarrollo de la actividad y la segunda lista, es la del material o equipos **sugeridos** para las actividades a realizar.

Algunos artículos están vinculados a lo que ofrecemos en Tienda La Cumbre; a través del archivo digital podrán ir directamente al sitio web para ver más detalles. Utiliza esta lista como una referencia, si tienes un equipo equivalente puedes utilizarlo. Si tienes dudas respecto al equipo, contáctanos y un Guía Instructor podrá asesorarte.

Si llevas equipo propio, pon especial atención al estado en que se encuentra, verifica que esté en óptimas condiciones previo al inicio de la actividad.

EQUIPO REQUERIDO

Vestimenta

- Ropa deportiva adecuada a la actividad.
- Una (1) [Chaqueta tipo polar](#)
- Una (1) [Chaqueta impermeable](#); Se recomiendan prendas de tejidos transpirables, como Goretex o Hyvent
- Un (1) [Pantalón](#) cómodo y resistente.
- Un (1) par [Calcetines](#) finos; Tejido sintético.
- Un (1) Par de [zapatillas de aproximación](#).
- Un (1) par de [Guantes](#) de cuero.

Equipo Personal de Campamento

- Una (1) [Mochila](#) 60; litros aproximadamente.
- Un (1) [Saco de dormir](#); entre -5°C y - 10°C.
- Una (1) [Colchoneta](#); idealmente de resistencia térmica mayor o igual a 2 (R≥2).
- Una (1) [Linterna Frontal](#).
- Una (1) [Botella de hidratación](#); al menos de un litro de capacidad. **No están permitidas botellas de vidrio.**
- Utensilios para comer; [plato](#), [mug](#), [cubiertos](#). Idealmente de plástico, silicona o metálico. **No están permitidos de loza o de vidrio.**
- Implementos de limpieza de ollas y utensilios de comida.
- Bloqueador solar.
- Bálsamo labial con protección solar.
- [Toalla pequeña](#); de micro fibra (secado rápido).
- Útiles de aseo personal.



Equipo Técnico

- Dos (2) [Anillas](#) cocidas; 120 centímetros.
- Un (1) [Arnés](#) de escalada; que permita estar colgado por un tiempo prolongado.
- Un (1) [Asegurador](#) de tipo cesta (Reverso, Master Pro, ATC Guide).
- Un (1) [Casco](#) de escalada.
- Un (1) metro de [Cordin](#) de 6mm.
- Dos (2) [Daisy chain](#).
- Mínimo cuatro (4) [Mosquetones HMS](#) .
- Mínimo 4 [Mosquetones](#) sin seguro tipo oval.
- Cuatro (4) [Mosquetones](#) con seguro tipo D.
- Un (1) [Sacaempotrador](#).
- Un (1) par de [Zapatillas de escalada](#).
- [Navaja](#).

EQUIPO SUGERIDO

Vestimenta

- Un (1) [Gorro de Sol](#).
- Un (1) [Gorro de Abrigo](#).
- Un (1) par de [Lentes de Sol](#).
- Un (1) [Cuello](#).
- Una (1) Ropa interior de [Primera Capa](#); *Pantalón*. (Va a depender de la temporada en la que se practique la actividad).
- Una (1) [Chaqueta de relleno sintético](#) o de [chaqueta de pluma](#). Dependerá de la temporada en la que se realice la actividad.
- Un (1) par de [Guantes](#) de Primera Capa.

Equipo Técnico

- Dos (2) [Estribos](#).
- Cuatro (4) [Anillas](#) cocidas; 60 centímetros.
- Un (1) [Asegurador tipo grigri](#).
- Un (1) [Bloqueador](#); tipo tibloc.
- Un (1) Juego de [empotradores; tipo cams](#).
- Un (1) Juego de [empotradores; tipo stoppers](#).
- Dos (2) [Clavos](#).
- Un (1) Juego de [ganchos](#).
- Un (1) [Martillo de escalada](#).
- Una (1) [Polea](#) autobloqueante.



- [Porta Magnesio](#) y [magnesio](#).

Equipo Personal de Campamento

- Un (1) [Liner](#) para saco de dormir.
- [Bastones de trekking](#).
- [Termo](#) metálico. **No están permitidos termos de vidrio.**
- Botiquín Personal de Primeros Auxilios.

Accesorios

- Cámara de fotos.
- Binoculares.
- Silbato.
- Libreta de notas, lápiz.

Artículos PROHIBIDOS en las Actividades

- Armas de fuego.
- Cuchillos de caza, machetes, hachas.
- Botellas de vidrio.
- Bebidas alcohólicas.
- Drogas ilegales.

EN CASO QUE EL PARTICIPANTE SEA SORPRENDIDO CON ALGUNO DE ESTOS ARTÍCULOS, EL INSTRUCTOR A CARGO SUSPENDERÁ LA PARTICIPACIÓN DE ESTE EN LA ACTIVIDAD.