

## INFORMACIÓN SOBRE LAS PRUEBAS DE ACCESO AL BLOQUE COMÚN DEL CURSO MONITOR/A VOLUNTARIO/A FAM Y AL BLOQUE ESPECÍFICO DE ESCUELAS DE ESCALADA. CONVOCATORIA PRIMER SEMESTRE 2023. CAZORLA (JAÉN)

### **FECHA:**

Sábado 18 de marzo de 2023.

### **1) PRUEBA DE ACCESO AL BLOQUE COMÚN:**

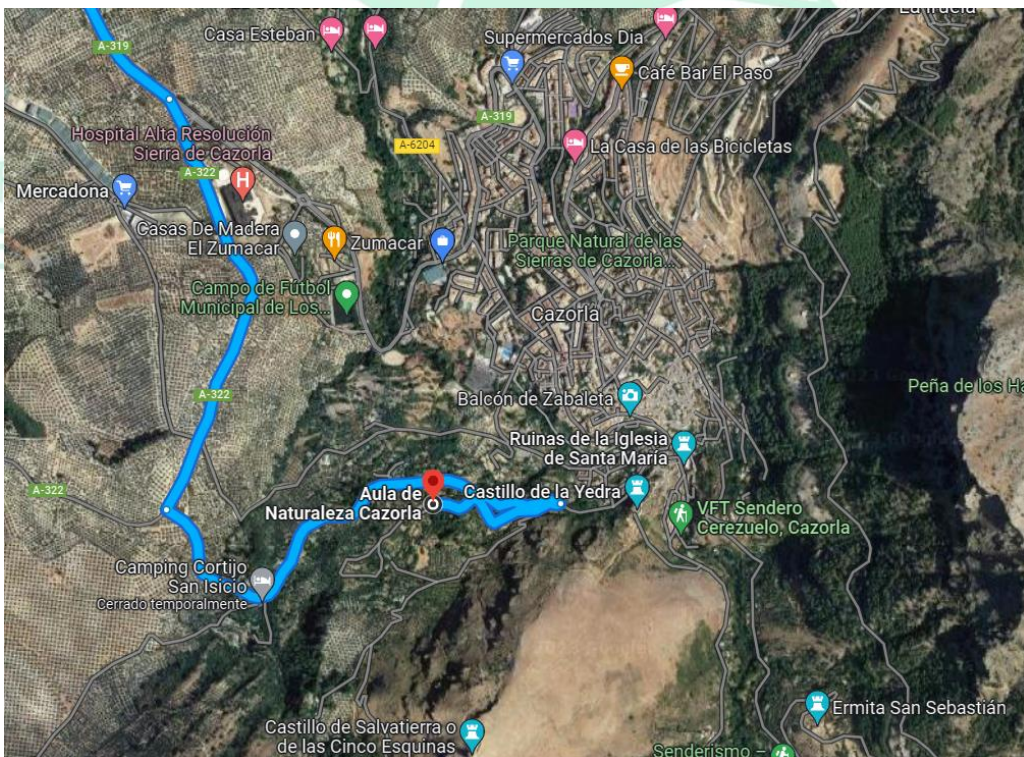
### **CÓMO LLEGAR:**

La prueba se desarrolla en la localidad de Cazorla. Comienza en las instalaciones de la Escuela de Montaña de Cazorla, a 826m. de altitud, y finaliza en las inmediaciones de la Ermita de Monte Sión, a 1153m. de altitud.

El **punto de encuentro** será el Aula de la Escuela de Montaña de la EAAM (citada en la fotografía como "Aula de Naturaleza Cazorla"), donde se podrá estacionar los vehículos.

Coordenadas:  
Latitud: 37.90769  
Longitud: 3.00811

Enlace Google Maps: <https://goo.gl/maps/NrocSejHrqyKnRXA7>



### **HORARIO:**

08:30h. - 09:00h.: Recepción de participantes y entrega de dorsales.

09:00h. - 09:15h.: Charla técnica y normas de participación.

09:15h. - 09:30h.: Pesaje de mochilas.

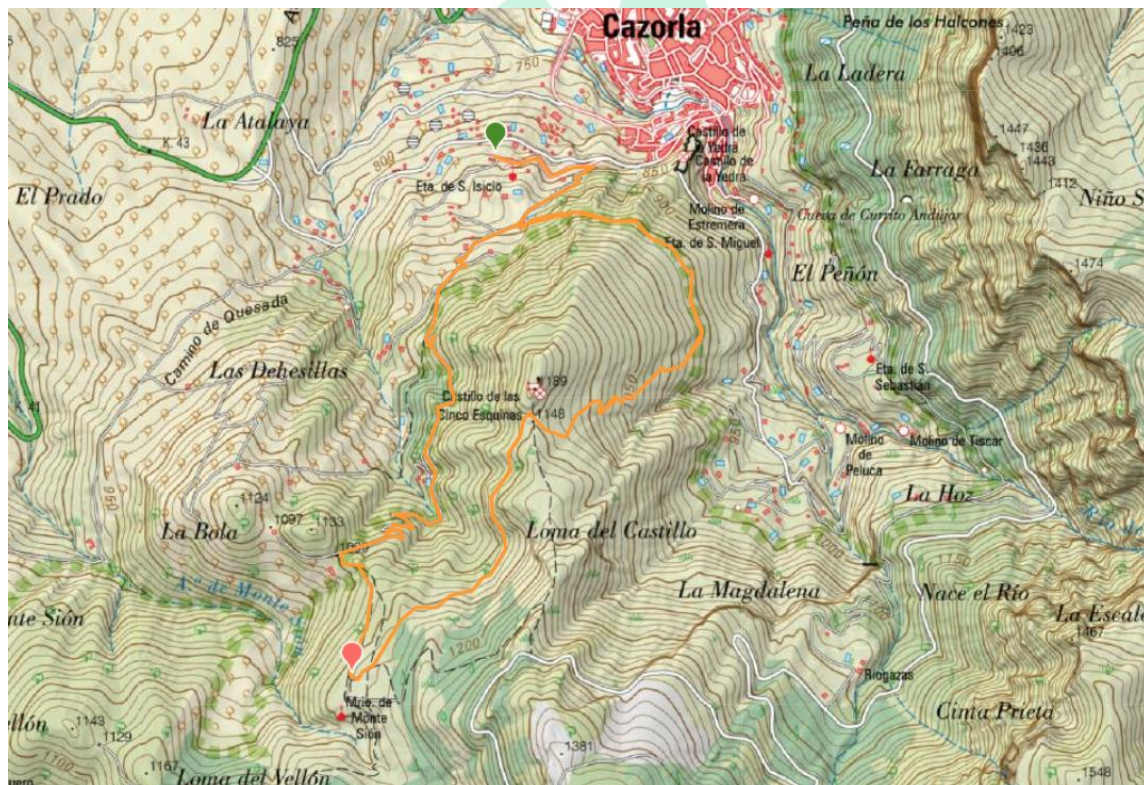
09:30h: Salida escalonada de participantes.

### **DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA:**

#### **Prueba de resistencia + prueba de habilidad en terreno de montaña:**

La prueba consiste en recorrer un itinerario balizado de alrededor de 9-10 km. de distancia (dos ascensos y un descenso) y un desnivel positivo acumulado de, aproximadamente, 700-750m., en cuyo tramo final (al término del segundo ascenso), se requiere progresar adecuadamente (sin sufrir ninguna caída ni salida irregular) a lo largo de un recorrido balizado de una distancia no inferior a 50m., que contenga, al menos, dos de los siguientes elementos: pendiente con pedrera, pendiente con hierba o resalte rocoso ("trepada").

El itinerario comienza en la Escuela de Montaña de Cazorla (826m.) y finaliza en la Ermita de Monte Sión (1153m).



1.153 m

826 m

9,22 km

ENLACE RECORRIDO WIKILOC <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/recorrido-pea-monitor-fam-cazorla-123461930>

**Para superar la prueba (obtener la calificación de APTO/A), es necesario cumplir las siguientes condiciones:**

1. Portar en la mochila, durante toda la prueba, un peso igual o superior a 8 kg., cuyo contenido no conste de elementos naturales como piedras, arena, agua, etc... (salvo que el contenedor o envase esté precintado o sellado).
2. Finalizar el itinerario en el tiempo establecido por el tribunal evaluador, del que se informa antes de iniciar la prueba, tras la valoración in situ del estado de los senderos y las condiciones meteorológicas, entre otros factores.
3. Superar el tramo final de 50m. del recorrido (prueba de habilidad integrada) con destreza y sin sufrir ninguna caída o salida del "pasillo" balizado.

En este tramo no se permite utilizar bastones. No obstante, su uso recomendable durante el resto de la prueba (progresión).

### **NORMAS PARA EL CORRECTO DESARROLLO DE LA PRUEBA:**

#### **Normas de obligatorio cumplimiento durante la jornada:**

- Llevar en todo momento el DNI/NIE/pasaporte, por si cualquier miembro de la organización lo solicita para comprobar la identidad.
- Pasar por los controles de la prueba para registrar el tiempo de paso y/o el peso de la mochila.
- Hacer el recorrido preestablecido, respetando la señalización y evitando riesgos innecesarios.
- Llevar teléfono móvil con la batería cargada durante el recorrido.

En cualquier momento, **el tribunal puede descalificar a quien cometa, aparentemente de forma consciente, alguna de las siguientes irregularidades:**

- Llevar en mochila un peso inferior a 8 kg.
- Perder el dorsal identificativo.
- Buscar atajos y/o saltarse los controles.
- Suplantar la personalidad de otra persona.
- Ayudarse o ser asistido/a por personas o medios externos a la prueba.
- Alterar, deteriorar o ensuciar el medio natural.
- Poner en peligro la propia integridad física o la de cualquier otra persona.

### **OBSERVACIONES:**

- Antes del comienzo de la prueba, es obligatorio acreditarse y recoger el dorsal, mediante la presentación obligatoria del DNI/NIE/pasaporte.
- Por motivos de seguridad, en caso de abandono de la prueba es obligatorio avisar, cualquier miembro del tribunal o personal colaborador.
- Si las condiciones meteorológicas son adversas el día de la prueba y el tribunal decide aplazarla, se informa in situ a los/as participantes.
- Los/as participantes deben regresar a pie al punto de inicio de la prueba y entregar el dorsal para que la organización verifique su regreso, antes de la hora establecida a priori.

### **OTRAS CONSIDERACIONES:**

- Las mujeres dispondrán de un 10% más del tiempo concedido a los hombres.
- Los hombres mayores de 50 años dispondrán de un 10% más del tiempo concedido a los hombres menores de 50.
- Las mujeres mayores de 50 años dispondrán de un 15% más del tiempo concedido a los hombres menores de 50 años.

### **EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO Y RECOMENDACIONES:**

#### **Obligatorio:**

- Vestimenta y calzado de montaña adecuados para la práctica del montañismo y adaptados a las condiciones meteorológicas.
- Mochila cómoda.
- Medicación específica quienes la precisen.
- Gorra/gorro y protección solar.
- Agua (mínimo 1,5l.) y comida (barritas energéticas, fruta...). El recorrido finaliza antes del almuerzo.

#### **Recomendable:**

- Bastones, siempre que se domine la técnica.
- Recambio de ropa seca.
- Botiquín.
- Se permite como lastre en la mochila paquetes de comida envasada y precintada (sal, arroz, legumbres...), pero nunca elementos naturales (piedras, palos de madera...)
- Se recomienda NO portar como lastre agua embotellada sin precintar, ni pesas metálicas (discos).

## **2) PRUEBA DE ACCESO AL BLOQUE ESPECÍFICO DE E. DE ESCALADA:**

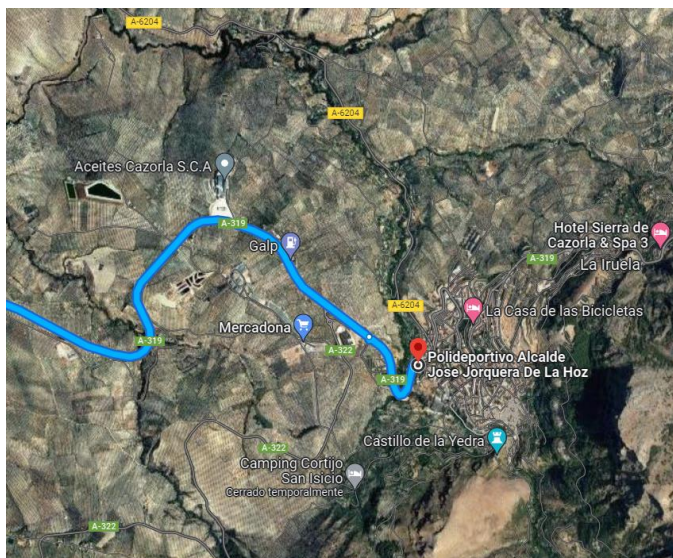
### **CÓMO LLEGAR:**

Las pruebas se desarrollarán en el rocódromo del Polideportivo Alcalde José Jorquera de la Hoz o, en su defecto, en las vías de escalada equipadas en la zona del Peñón del Gallo.

El **punto de encuentro** será la entrada del Polideportivo Alcalde José Jorquera de la Hoz:

Ctra. Cazorla, 105  
23470 Cazorla (Jaén)

Enlace Google Maps: <https://goo.gl/maps/kWQxkZfSvje2GHoD8>



### **HORARIO:**

- 15:45h. - 16:00h.: Recepción de participantes y entrega de dorsales.
- 16:00h. - 16:15h.: Explicación de las pruebas y normas de participación.
- 16:30h.: Inicio pruebas.

La hora de finalización dependerá del número de participantes.

### **DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS:**

Habrán dos pruebas diferenciadas:

- 1ª) Superar con soltura un recorrido equipado de dificultad V+ “a vista”.**
- 2ª) Superar con soltura un recorrido equipado de dificultad 6a “a flash”.**

El tribunal comunicará a priori el tiempo máximo establecido para culminar cada una de las pruebas y evaluará aspectos como la colocación de pies y manos, la eficacia en la técnica gestual, si prueba el paso y desciende, si hay “parones” o duda en los agarres, etc...

**Para superar la prueba (obtener la calificación de APTO/A), además de superar con destreza las dos pruebas principales, se evaluarán los siguientes aspectos:**

- 1) Realizar correctamente un “partner check” (nudo del/de la compañero/a correcto, cuerda bien pasada por el freno, rosca del mosquetón de seguridad, colocación del conjunto del anillo ventral del arnés, casco, diámetro de la cuerda, nudo de retención del cabo, etc...) antes de comenzar la escalada.
- 2) Asegurar de manera correcta con el correspondiente asegurador de frenado dinámico, tipo “Grigri” (gestualidad para asegurar, vigilancia, anticipación, movilidad, colocación con respecto a la pared, detención de una caída en caso de haberla, comunicación, etc...)
- 3) Ejecutar correctamente, con soltura y de forma segura los diferentes pasos necesarios de la maniobra de “pasar la reunión”.

### **NORMAS PARA EL CORRECTO DESARROLLO DE LA PRUEBA:**

- Es obligatorio llevar en todo momento el DNI/Pasaporte por si la comisión de valoración lo solicita para comprobar la identidad.
- Es obligatorio permanecer en la zona espera de los participantes (“corralito”) para preservar que los recorridos sean “a vista” o “a flash”.
- Es obligatorio hacer la vía preestablecida, evitando riesgos innecesarios.
- Es obligatorio llevar teléfono móvil con la batería cargada durante el recorrido.
- En cualquier momento, el tribunal puede descalificar a quien aparentemente cometa de forma consciente alguna de las siguientes irregularidades:
  - No respetar el recorrido preestablecido de la vía.
  - Suplantar la personalidad.
  - Ayudarse o ser asistido/a por personas o medios externos a la prueba.
  - Alterar, deteriorar o ensuciar el medio natural.
  - Poner en peligro la propia integridad física o la de cualquier otra persona.

### **OTRAS CONSIDERACIONES:**

- Las **mujeres** participantes dispondrán de un **10%** más del tiempo concedido para el resto de los participantes hombres.
- Los **hombres mayores de 50 años** dispondrán de un **10%** más del tiempo concedido para el resto de los participantes hombres.

### **EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO Y RECOMENDACIONES:**

#### **Obligatorio:**

- Casco.
- Arnés.
- Pies de gato.
- Cabo de anclaje (regulable, fijo, etc.).
- Mosquetones de seguridad (tipo H, HMS, etc.).
- Vestimenta adecuada, adaptada a las condiciones meteorológicas.
- Mochila.
- Botiquín. Llevar medicación específica en el caso de requerirla.
- Agua y comida para la prueba y para después quien lo desee.

#### **Recomendable:**

- Recambio de ropa seca.

### **INFORMACIÓN DE UTILIDAD:**

**En el punto de inicio hay servicio de cafetería y hay posibilidad de rellenar agua.**  
Tanto para desayunar como para almorzar es necesario hacer previamente la reserva.

### **CONTACTO Y MÁS INFORMACIÓN:**

Escuela Andaluza de Alta Montaña:

E-mail: [oficinaeaam@fadmes.es](mailto:oficinaeaam@fadmes.es)  
Teléfono: 958291340 (ext. #2023)

**La inscripción conlleva la aceptación de las siguientes CONDICIONES GENERALES de los cursos impartidos por la EAAM.**