

INFORMACIÓN PARA LA PRUEBA DE ACCESO AL BLOQUE COMÚN DEL CURSO MONITOR(A) VOLUNTARIO/A FAM CONVOCATORIA 2023. SEDE CAZORLA, JAÉN.

Fecha:

Sábado 18 de marzo de 2023.

Cómo llegar:

La prueba se desarrolla en la localidad de Cazorla desde las instalaciones de la Escuela de Montaña de Cazorla a 826 m de altitud, donde la prueba tiene su salida teniendo como final las inmediaciones de la Ermita de Monte Sión a 1153 m de altitud.

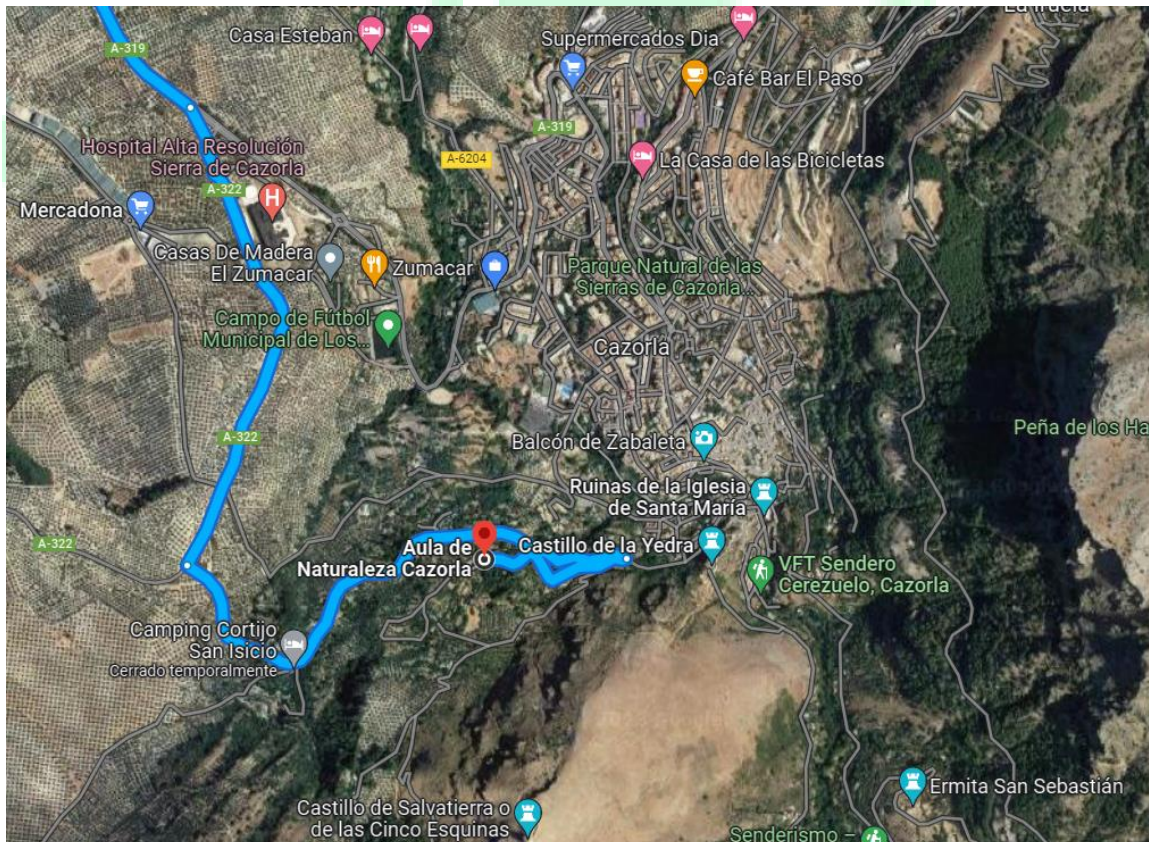
El **punto de encuentro** será por tanto el Aula de la Escuela de Montaña de la EAAM donde se podrá estacionar los vehículos.

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 las pruebas:

1. Prueba de resistencia

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, se realizará la prueba de habilidad.

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

RECORRIDO A REALIZAR PRUEBA DE ACCESO BLOQUE COMUN MONITOR



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

2. Prueba de habilidad en terreno de montaña

La prueba de habilidad 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”).

Para la realización de la prueba el Tribunal establecerá un tiempo máximo para su realización teniendo que realizarla dentro del mismo.

Para superar la prueba (obtener la calificación de APTO/A), es necesario cumplir los siguiente condicionantes:

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 previo comienzo de 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 dicho 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.

Adaptaciones y condiciones especiales en la prueba de acceso:

- 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...)
- No se recomienda como lastre agua embotellada sin precintar, ni pesas metálicas (discos).

Otros aspectos:

Comida: En el lugar de salida SI HAY SERVICIO DE CAFETERIA y se puede llenar AGUA. Tanto para desayunar como para comer se debe de realizar reserva. Recomendamos llevar comida y agua para realizar la prueba.