

PRUEBA DE ACCESO DE CARÁCTER ESPECÍFICO

Deportes de montaña y Escalada Ciclo final del grado medio de media montaña

Prueba de resistencia

1.- **Descripción de la prueba:** Progresa por terreno variado de baja y media montaña demostrando resistencia y agilidad, superando los obstáculos naturales, seleccionando el trazo del recorrido a desarrollar, con el equipo personal adecuado y transportando una mochila de 10 kg de peso

2.- **Material que debe aportar el aspirante para esta prueba:**

- Ropa adecuada, térmica e impermeable.
- Calzado de montaña.
- Mochila con capacidad suficiente para el equipo personal.
- Brújula.
- Botiquín individual.
- Protección solar y contra el frío.
- Bebida y comida suficiente (no entran en los 10 kg.)
- Documento de identidad.

3.- **Criterios de valoración y especificaciones:** La prueba quedará superada cuando el aspirante cargado con una mochila de 10 kg haya completado en el tiempo establecido por el tribunal un recorrido de media montaña no balizado con un desnivel positivo acumulado de 1.500 metros y un mínimo de 15 kilómetros de distancia por terreno variado y realizando con efectividad y equilibrio los siguientes tramos de terreno acotado:

- Una zona de bloques
- Una pendiente ascendente y otra descendente de hierba.
- Una trepada ascendente y otra descendente en resalte rocoso dificultad I UIAA.

4.- **Recomendaciones y orientaciones para el aspirante:**

El peso de la mochila deberá ser de 10 kilos en todo momento.

Se dotará al aspirante de cartografía para la realización del itinerario no balizado.

Se podrán utilizar bastones durante la prueba de resistencia. En los tramos de terreno acotado de hierba y bloques los bastones serán opcionales y no se podrán utilizar en la trepada.

Prueba de orientación

1.- **Descripción de la prueba:** Realiza un circuito por terreno de baja y media montaña con cartografía específica de montaña, demostrando el manejo combinado de distintas técnicas de orientación mapa y brújula para la consecución de la toma de controles, trasportando una mochila con su equipo personal y un mínimo del 10 kilos.

2.- **Material que debe aportar el aspirante para esta prueba:**

- Ropa adecuada, térmica e impermeable.
- Calzado de montaña.
- Mochila con capacidad suficiente para el equipo personal.
- Brújula.
- Botiquín individual.
- Protección solar y contra el frío.
- Bebida y comida suficiente (no entran en los 10 kg.)
- Documento de identidad.

3.- **Criterios de valoración y especificaciones:** La prueba quedará superada cuando el aspirante cargado con una mochila de 10 kg haya completado en el tiempo establecido por el tribunal un circuito de orientación por terreno variado de media montaña con un mínimo de 5 balizas y un máximo de 6 kilómetros. Para superar las prueba se han de encontrar todas las balizas señaladas por el tribunal utilizando exclusivamente el mapa, brújula y altímetro.

4.- **Recomendaciones y orientaciones para el aspirante:**

El peso de la mochila deberá ser de 10 kilos en todo momento.

Se dotará al aspirante de cartografía para la realización del itinerario.

No se podrá utilizar durante la prueba ni GPS ni aplicaciones móvil.