

PRUEBA DE ACCESO DE CARÁCTER ESPECÍFICO

Deportes de montaña y Escalada Primer nivel Grado Medio

Prueba de material técnico

1.- **Descripción de la prueba:** El aspirante se equipa con el material técnico personal de progresión en baja montaña, seleccionando el equipo adecuado.

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 haya presentado los materiales que componen el equipo básico y haya organizado todo el material dentro de la mochila con un peso mínimo de 10 kg.

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

Se podrán incluir otros materiales fuera de la lista para completar los 10 kg de peso a excepción de botellas con agua y comida.

Prueba de resistencia

1.- **Descripción de la prueba:** Progresar por terreno variado de baja montaña demostrando resistencia y agilidad, superando los obstáculos naturales, manteniéndose dentro del trazado establecido y con el equipo personal adecuado.

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 la mochila que sea confeccionado con un peso mínimo de 10 kg, complete un recorrido de baja montaña con un desnivel positivo acumulado de 1.000 metros y un mínimo de 12 kilómetros de longitud real por terreno variado dentro del tiempo establecido por el tribunal.

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

El peso de la mochila deberá ser de 10 kilos en todo momento, lo que no incluye ni comida ni bebida.

Se podrán utilizar bastones durante la prueba de resistencia.