



PRUEBAS DE ACCESO 2º NIVEL TD BARRANCOS

I. PRUEBA COMÚN RECORRIDO 1.500 m.

Contenidos. – Recorrer, en el tiempo determinado previamente, y transportando una mochila con 10 kg de peso, un itinerario de montaña de terreno variado, con 1.500 m de desnivel positivo acumulado.

Criterio. – Quedará superada cuando el aspirante haya completado el itinerario en el tiempo establecido.

II. PRUEBA ESPECÍFICA ESCALADA.

Contenidos. – Completar un recorrido equipado, de V grado de dificultad, de una longitud mínima de 20 metros. En caso de caída, el aspirante deberá comenzar de nuevo el itinerario desde el lugar de su comienzo, actuando como primero de cordada.

Criterio. – Cuando en los tiempos determinados, haya finalizado el recorrido en escalada a vista.

III. PRUEBA ESPECÍFICA NADO.

Contenidos. – Nadar 100 metros en aguas tranquilas o vivas, vistiendo traje de neopreno completo.

Criterio. – Cuando en los tiempos determinados, haya nadado en superficie la distancia requerida.

IV. PRUEBA ESPECÍFICA INMERSIÓN.

Contenidos. – Sumergirse a una profundidad de 2,5 metros, utilizando la técnica adecuada, vistiendo traje de neopreno completo.

Criterio. – Cuando en los tiempos determinados, haya efectuado la inmersión sin nadar, al primer intento, sin salto y empleando el gesto técnico correcto.

V. PRUEBA ESPECÍFICA DESCENSO DE BARRANCO.

Contenidos. – Realizar un descenso de barrancos en terreno variado, incluyendo marcha, «destrepe» y «rappel convencional».

Criterio. – Cuando en los tiempos determinados, haya finalizado el descenso del barranco, sin haber sufrido más de tres caídas. A tal fin se tendrá en cuenta que cada salida del circuito marcado será penalizada incrementando al tiempo obtenido por el aspirante un 5% del tiempo establecido previamente.

Empleado correctamente el material técnico específico de cada especialidad deportiva, sin utilizar otros materiales que los específicos y en la cantidad suficiente.