



ESCALADA

entrenamientos dirigidos

Nuestro programa de entrenamiento está concebido para escaladores con experiencia que desean mejorar su técnica, rendimiento o su aspecto físico.

OBJETIVOS

- Mejoramiento de la forma física.
- Aprendizaje y mejora de la técnica.
- Control emocional.
- Resolución de problemas y movimientos.

La **periodicidad** de estos entrenamientos es de dos días semanales (lunes y miércoles o martes y jueves) en horario de 19:30 a 21:00 horas.

El número de alumnos es de 10 por profesor e incluye todo el material colectivo necesario para en entrenamiento.

Para acceder a los grupos de entrenamiento es necesario estar al corriente de pago.