

ROCÒDROM

L'escalada es un esport que consisteix en pujar una superfície vertical utilitzant les quatre extremitats per progressar.

Aquest esport té que cada dia mes adeptes i practicants, això es deu, en bona part, a la proliferació de rocòdroms en molts pavellons, zones esportives o parcs que ens serveixen com a alternativa o entrenament complementaria l'escalada en roca.

Els rocòdroms son estructures artificials que ha d'estar homologades, dissenyades principalment per lla docència, la recreació, l'entreteniment i la competició.

El rocòdrom de Martorell té dues zones diferenciades i adaptades per diferents nivells. Per una banda existeix la zona del boulder, a la paret lateral, pensada pels més petits i pels que s'inicien al món de l'escalda. Per altra banda hi ha les diverses vies del rocòdrom, que varien en funció de la dificultat i l'alçada.

Els beneficis que es poden obtenir participant en aquesta activitat són :

- Millora de les capacitats físiques (agilitat, força, flexibilitat..).
- Aprenentatge i millora del control postural i lateralitat amb una major coordinació psicomotriu.
- Desenvolupament de la presa de decisions.
- Educar en la pràctica d'exercici físic i en l'adquisició dels hàbits perdurables de salut.
- Motivar per a la pràctica d'exercici físic.
- Crear vincles de sociabilitat, cooperació i sensibilització amb les altres persones que participen de l'esport o activitat física i amb el medi natural.

Normativa bàsica :

- Les persones menors de 18 anys han d'accedir obligatòriament amb un/a monitor/a o amb una persona adulta que se'n faci càrrec i que presenti la documentació esmentada anteriorment.
- Els menors de 14 anys no podran fer ús de la zona de vies, només del boulder.
- És obligatori l'ús de calçat i roba esportiva adequada per a la pràctica de l'escalada.
- El rocòdrom romandrà tancat en cas de pluja o humitat excessiva.
- Està prohibit el magnesi en pols però està permès el magnesi en bola o líquid.
- Els ancoratges i les preses no es poden manipular. En cas de que alguna presa es mogui, es obligatori avisar al responsable.
- És recomana l'ús del casc.
- S'han d'usar obligatòriament cordes, anesos i material de frenada homologats, així com el sistema d'assegurament dinàmic en què, mentre un ascendeix, l'altre assegura.
- L'escalada en solitari i maniobres de descens (ràpel..) estan prohibits sense la presència d'un tècnic d'escalada acreditat.
- No es permet fumar ni menjar en tota la zona de rocòdrom.
- Cal respectar l'aforament màxim per a cada zona d'escalada. Aquest és de 24 persones al rocòdrom i 8 persones al boulder
- Les conseqüències que es derivin de la infracció són de responsabilitat exclusiva de la persona infractora i poden comportar l'aplicació del regim sancionador present al reglament regulador de l'ús dels equipaments esportius municipals.
-

Horaris :

Període: 1 de setembre 2021 a 29 de juliol de 2022

Dies	Hora inici sessió	Lloc
DILLUNS	16:00 a 22:00	CE TORRENT DE LLOPS
DIMARTS		
DIMECRES		
DIJOS		
DIVENDRES		