



CENTRO DE
ENSEÑANZAS
DEPORTIVAS



**UFEDEMA. Centro de Enseñanzas Deportivas.
Escuela Madrileña de Alta Montaña**

**PRUEBA ESPECÍFICA PARA EL ACCESO AL PRIMER NIVEL DE GRADO MEDIO DE LAS
ENSEÑANZAS DEPORTIVAS DE LAS ESPECIALIDADES DE MONTAÑA Y ESCALADA**

**TÉCNICO DEPORTIVO EN MONTAÑA Y ESCALADA nivel I
Certificado de iniciación al montañismo**

I N S T R U C C I O N E S

Lugar: Polideportivo Zaburdón de San Lorenzo de El Escorial.
(C/Las Pozas, 183, San Lorenzo del Escorial)



**UFEDEMA. Centro de Enseñanzas Deportivas.
Escuela Madrileña de Alta Montaña**

1. ITINERARIOS Y TIEMPOS DE REFERENCIA

A. Primera parte: Evaluación de la condición física

Recorrido: es el marcado con línea de puntos en el gráfico 1, cuyo perfil se indica en el gráfico 2. Los tramos y los controles son los siguientes:

1^{er} Control: Polideportivo “Zaburdón” (cota 980 m)

- Inicio de la prueba

- Cuatro candidatos a la vez cada tres minutos (Inicio a las 9,00 h.)
- Comprobación de dorsales con el DNI, NIE o Visado
- Comprobación del peso de la mochila (mínimo, 10 kg)
- Comprobación del equipamiento del candidato
- Entrega de los dorsales y de la ficha de la prueba
- Entrega de la “Tarjeta de control”

SALIDA

2^o Control: Cruce entre la carretera y el GR 10 (cota 1160 m)

- Longitud recorrida: ~ 3 km.
- Desnivel acumulado: 180 m.

3^{er} Control: Cumbre del monte Abantos (cota 1763 m)

- Longitud recorrida: ~ 3 km
- Desnivel acumulado total: 783 m.

4^o Control: Cruce entre la carretera y el GR 10 (cota 1160 m)

- Longitud recorrida: ~ 3 km
- Desnivel de bajada: 603 m

5^o Control: Puerto de Malagón (cota 1536 m)

- Longitud recorrida: ~ 2 km
- Desnivel acumulado total: 1159 m

6^o Control: Cruce entre la carretera y el GR 10 (cota 1160 m)

- Longitud recorrida: ~ 2 km
- Desnivel de bajada: 376 m

7^o Control: Final de la primera parte (cota 1510 m)

- Longitud recorrida: ~ 2 km
- Desnivel acumulado total: 1509 m

**UFEDEMA. Centro de Enseñanzas Deportivas.
Escuela Madrileña de Alta Montaña**

LLEGADA

Distancia total reducida 15.400 Km.

Tiempo de referencia: máximo, 4 horas 30 minutos.

Evaluación de la primera parte:

Quedará superada cuando el aspirante complete el recorrido dentro del tiempo establecido por el tribunal.

B. Segunda parte: Valoración de las habilidades específicas

- Terrenos en la vertiente sur del Pico Abantos cota aprox. 1.350 m
- Candidatos: de uno en uno
- Comprobación del peso de la mochila (mínimo 10 kg)

1º Recorrido balizado de pedrera

- Longitud: 50 metros
- Tiempo de referencia: **60 segundos** según condiciones meteorológicas.

2º Recorrido balizado con resalte rocoso

- Longitud: 50 metros
- Tiempo de referencia: **1 minuto 10 segundos** según condiciones meteorológicas.

3º Recorrido balizado en pendiente de hierba

- Longitud: 50 metros
- Tiempo de referencia: **40 segundos** según condiciones meteorológicas.

Evaluación de la segunda parte:

Quedará superada la prueba cuando el aspirante haya realizado los tres recorridos, sin haber sufrido ninguna caída y en los tiempos determinados por el tribunal.

Fin de la prueba

**UFEDEMA. Centro de Enseñanzas Deportivas.
Escuela Madrileña de Alta Montaña**

2. HORARIO Y ORDEN DE PARTICIPACIÓN

Horario:

- De 8:00 h. a 8:30 h.: Recepción de candidatos y entrega de dorsales
- De 8:30 h. a 9:00 h.: Explicación de la prueba y normas de participación
- De 9:00 h. a 10:30 h.: Salida de candidatos de tres en tres, cada tres minutos

* El aspirante que no se persone en el momento de la salida al ser llamado por el tribunal, no podrá tomar la salida.

Se ruega mucha puntualidad

4. EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO y RECOMENDADO.

OBLIGATORIO.

- Calzado de montaña adecuado.
- Vestimenta adecuada para la práctica del montañismo, teniendo en cuenta las condiciones meteorológicas.
- Mochila adecuada para la práctica del montañismo.
- Agua y comida.
- Protección solar
- Si fuera necesario se podrá utilizar Lastre para que la mochila pese durante toda la prueba, como mínimo, 10 kg. No se podrá utilizar como lastre ningún elemento natural, salvo que sea aportado por algún miembro del tribunal desde la salida.

RECOMENDADO.

- Botiquín, si es preciso hay que llevar medicación específica en caso de sufrir alguna disfunción que así lo requiera.
- El uso de los bastones está permitido solo para la prueba de resistencia.
- Recambios de ropa seca.

**UFEDEMA. Centro de Enseñanzas Deportivas.
Escuela Madrileña de Alta Montaña**

5. NORMAS A SEGUIR POR LOS CANDIDATOS DURANTE EL DESARROLLO DE LA PRUEBA

- Durante el desarrollo de la prueba, los candidatos llevarán a mano a disposición de cualquier miembro del Tribunal su documento de identificación: DNI, NIE o Visado
- Los candidatos realizarán la primera parte de la prueba manteniendo una velocidad media de desplazamiento:
 - De 4 a 5 km/h en el llano,
 - De 400 a 500 metros de desnivel por hora en el ascenso.
- Los candidatos realizarán la primera parte de la prueba, entre control y control, siguiendo el itinerario de referencia preestablecido y evitarán riesgos innecesarios
- Los candidatos pasaran obligatoriamente por todos los controles en el orden establecido; en cada uno de ellos se le picará o sellará la Tarjeta de control.
- En cualquier momento de su desarrollo, los miembros del Tribunal descalificarán y, por tanto, no dejarán concluir la prueba a los candidatos que cometan alguna de las siguientes, o similares, irregularidades:
 - Llevar la mochila con un peso inferior a 10 kg
 - Perder o romper la Tarjeta de control.
 - Realizar trayectos o travesías que pongan en grave riesgo su integridad física
 - Buscar atajos con la intención de acortar el camino y saltarse los controles
 - Permitir que se suplante su personalidad.
 - Ayudarse o ser asistido por personas o con medios externos a la prueba.
 - Alterar, deteriorar, destruir o ensuciar el medioambiente.
 - Poner en peligro su integridad física o la de cualquier otra persona.

6. PROCEDIMIENTO DE RECLAMACIÓN.

Los resultados se remitirán a los participantes por correo electrónico y serán publicados en la página web de UFEDEMA, Centro de Enseñanzas Deportivas y en el tablón de información de la FMM.

En el plazo de dos días hábiles a partir del siguiente a la publicación de resultados, se podrá presentar reclamación por escrito ante el Tribunal (deberán ser dirigidas a la atención del presidente y entregadas en la FMM), que en el plazo de tres días resolverá, comunicándolo por escrito al interesado.

Una vez recibida la contestación el alumno si no está conforme con la misma, tendrá derecho a continuar con los trámites establecidos a tal efecto en la Orden del 28 de Agosto de 1995 ante el Director del Área territorial de Madrid Sur.



**UFEDEMA. Centro de Enseñanzas Deportivas.
Escuela Madrileña de Alta Montaña**

7. CUSTODIA Y ARCHIVO DE DOCUMENTOS

Las actas, quedarán archivadas en UFEDEMA, Centro de Enseñanzas Deportivas, ubicada en C/ Castelló 107 Madrid.

8. EVALUACIÓN FINAL.

La prueba de acceso se calificará con los términos de Apto o No Apto. La valoración de Apto implica la superación de las dos partes de la prueba, conforme a los criterios que en cada caso se establecen.

La superación de la prueba de carácter específico tendrá efectos en todo el ámbito del Estado y tendrá una vigencia de dieciocho meses contados a partir del último día de realización de las pruebas.

El Tribunal extenderá el correspondiente certificado acreditativo, que podrá retirarse en las instalaciones de la FMM y la EMAM. C/ Salas de los Infantes, 1, 5º planta. Madrid.

9. NOTAS

- **El día de la prueba, si las condiciones meteorológicas fueran adversas y el Tribunal decidiera aplazarla, en ese momento informaría a los candidatos de una nueva fecha.**
- Si un candidato abandona la prueba, debe comunicárselo obligatoriamente a cualquier miembro del Tribunal o a cualquier auxiliar de control, a quien entregará el dorsal y la Tarjeta de control.
- Para esta prueba al aire libre se ha contratado un seguro de accidentes que cubre a todos los participantes. Además se ha comunicado la realización de estas pruebas a GERA – Grupo especial de Rescate en Altura, el cual ha manifestado que estará alerta.
- Esta información se ha hecho pública en el tablón de información y en la página web de UFEDEMA Centro de Enseñanzas Deportivas y de la FMM.