

ESCALADA EXPERIMENTAL

VEJA FOTOS NO SITE >

ROCKSINRIO.COM.BR/ESC-EXPERIMENTAL/ESCALADA-EXPERIMENTAL/

Quer entender como funciona a escalada e sentir frio na barriga? A escalada em rocha envolve vários aspectos além da atividade física. Na aula experimental o cliente tem a oportunidade de conhecer e praticar as técnicas, os nós, a segurança, o rapel, e vivenciar o aspecto mental tão particular da atividade. Com toda a segurança, conforto e suporte dos nossos guias, o cliente tem a chance de testar seu autocontrole escalando com corda de cima.

O Rio de Janeiro é o lugar perfeito para iniciar na escalada. Além de cenário único, a cidade combina boas escaladas com fácil acesso.

INFORMAÇÕES

CAMINHADA DE APROXIMAÇÃO



Distância: **de 15 a 300m**



Desnível: **até 50m**

ESCALADA



Duração: **4 horas aproximadamente**



Comprimento da via: **Aprox. 120m**



Dificuldade: **BRA III ao VI**

ITINERÁRIO

7:30 / 14:30	Ponto de encontro (Conferir no mapa)
8:00 / 15:00	Caminhada de aproximação e escolha da via
8:30 / 15:30	Apresentação dos equipamentos e instruções básicas
9:00 / 16:00	Treinamento de nós, procedimentos de segurança, utilização do freio e segurança para o guia
10:00 / 17:00	Escalada com corda de cima
10:30 / 17:30	Escalada até a parada de segurança e rapel
11:00 / 18:00	Arrumação dos equipamentos e encerramento

RECOMENDAÇÕES

Recomendamos que o participante leve uma mochila pequena para seus pertences pessoais, máquina fotográfica, água (de 1 a 2 litros por pessoa) e algum alimento energético como castanhas e frutas secas.

REQUISITOS / RESTRIÇÕES

- Não é necessária experiência prévia com escalada, mas é recomendável experiência com atividades ao ar livre;
- Não é recomendado para pessoas sedentárias.
- Necessário que o participante esteja fisicamente apto para atividades físicas. Em caso de dúvida consulte um médico.



- Leia nosso **Termo de Conhecimento de Riscos** na ficha de inscrição para melhor entendimento. LINK: www.rocksinrio.com.br/home/#reservas

INCLUÍDO

- 1 guia para cada 4 pax
- Todo equipamento de segurança

NÃO INCLUÍDO

- Transporte até o ponto de encontro
- Água e comida

PREÇO E FORMA DE PAGAMENTO

Hora guia	R\$ 100,00
Escalada curta	Disposição mínima de 3 horas
Escalada longa	Disposição mínima de 5 horas
Horas extras	Cobradas por fração de meia hora R\$ 50,00