

## Guía N° 2 TIPOS DE ESCALADA

- **EN BOULDER**: En el boulder se trabajan las secciones difíciles de roca cercanas al piso, normalmente sin el uso de la cuerda. El equipo permitido se reduce a una bolsa para magnesio y un colchón para caídas (en su defecto, la ayuda de un compañero para sujetarnos en caso de caída también está permitida). El boulder se practica tanto en roca natural como en objetos artificiales.
- **ROCÓDROMO**: Se trata de una pared artificial (madera, hormigón...) en la que se le han añadido agarres y sujeciones para simular la subida por una pared de roca natural y así poder practicar la escalada en lugares donde no existen rocas para trepar.

Podemos encontrarnos rocódromos con altura, en los cuales podremos trepar cierta cantidad de metros (casi nunca más de 10 metros) y rocódromos en los que practicar boulder (los más extendidos) que no deberán sobrepasar los 4 metros de altura para permitirnos entrenar sin cuerda y evitar lesionarnos en caso de caída. Cuanto más ancho sea nuestro rocódromo, más posibilidades de entrenamiento nos dejará.

- **ESCALADA ALPINA**: En la modalidad "alpina", los escaladores no sólo tienen que lidiar con los problemas presentados por la escalada real sino con los **peligros "objetivos"** de medios frecuentemente hostiles en las altas montañas. Debido a que la supervivencia depende no sólo de la habilidad para controlar con seguridad los problemas técnicos de una ruta, sino también de la velocidad de la cordada, las reglas no escritas de la escalada alpina permiten el uso de clavos y nueces para progresar.
- **ESCALADA DEPORTIVA**: La escalada deportiva es aquella en la que se persigue el más alto grado de dificultad sin, necesariamente, pretender alcanzar una cima. Progresamos valiéndonos de agarres, apoyos o fisuras. Por lo general no se superan los 50 metros de desnivel.

En la que se realiza en "escuelas" de escalada, donde todos los puntos de anclaje son de una resistencia garantizada. Por lo que no vamos a correr ningún peligro de que éstos cedan en caso de caída, por lo que nuestra seguridad, si se emplean como debe ser, no se va a ver disminuida en ningún aspecto y vamos a poder disfrutar de la escalada sin riesgo para nuestra integridad física.

- **ESCALADA CLÁSICA**: En la escalada denominada "clásica", se trata de escalar la pared empleando material auxiliar para asegurarnos. No existen "químicos" ni "chapas" a los que enganchar nuestras cintas Express, sino que deberemos ir colocando "friends", "empotradores".... que serán los que nos aseguren y soporten nuestra caída.

Tanto los aseguramientos intermedios como las reuniones irán formadas por este material auxiliar y serán montadas en el acto por nosotros mismos. Por eso hay que estar muy seguro de cómo emplear dicho material para que nuestra escalada sea totalmente segura.