

11 elementos necesarios.

La escalada en hielo precisa de una vestimenta adecuada, y de un material de protección y progresión específicos pues se desarrolla en un ambiente duro y, en cierta medida, hostil. Guantes, botas adecuadas y, por supuesto, ropa impermeable-transpirable (a ser posible elástica) complementos calientes... forman parte del "disfraz" del escalador de hielo.

Entre el equipamiento necesario para la especialidad está:

1. Casco bien ventilado, con certificación **CE EN12492/UIAA**. Es muy de agradecer una pantalla transparente.

2. Piolets, mejor con mango ergonómico que permita cambios de posición y de manos. **CE EN 13089**.

3. Freno dinámico para aseguramiento y rápel, con sus correspondientes mosquetones.

4. Portatornillos para una extracción rápida del arnés. La velocidad ¡es seguridad!

5. Un buen surtido de tornillos de diferentes longitudes. **CE EN 568**. Recordemos que los tornillos más cortos sólo están certificados para progresión, aunque puedan constituir un buen seguro psicológico, y también real, en algunas circunstancias.

6. Cuerda dinámica para uso simple o doble, en función del recorrido, con certificación **CE EN892** y tratamiento hidrófugo.

7. Mosquetones. **CE EN 12275**, con sistema de bloqueo de seguridad y anillos de cinta para la instalación de reuniones.

8. Cintas exprés de diferentes longitudes. Algunas en anillo, para alargar el punto de anclaje. Unas cintas disipadoras también irán perfectas para seguros aleatorios.

9. Arnés con certificación CE EN12277. Completamente regulable para actividades alpinas; de corte más deportivo para rutas cortas y poco comprometidas.

10. Gancho para la confección de Abalakovs. Muy recomendable unos cuantos cordinos, una navaja, algún maillon...

11. Crampones. **CE EN 893**, mejor monopunta... Más prácticos en hielo de fusión.





ESCUELA ESPAÑOLA DE ALTA MONTAÑA - FEDME

¿LO LLEVO TODO?

LISTA DE MATERIAL ESENCIAL PARA LA PRÁCTICA DE LA ESCALADA EN HIELO

Casco

Piolets

Crampones

Arnés

Freno dinámico

Cuerda dinámica

Mosquetones

Anillos de cinta

Cinta exprés

Cintas disipadoras

Tornillos

Portatornillos

**Gancho para confección de
Abalakov**

Instrucciones: Chequea online los casilleros o bien imprime para llevar tu lista siempre encima.