



NORMES D'ÚS DEL ROCÒDROM

1. Per escalar és obligatori l'ús de casc, arnés, peus de gat i mosquetons homologats (CE). Per fer bloc és obligatori l'ús de peus de gat.
2. Quan escalis de primer, has d'utilitzar tots els punts d'assegurament de la via que trobis al pas de forma consecutiva, de manera que la corda no pugui sortir durant la caiguda, fins al despenjament o reunió.
3. Feu ús de mosquetons d'assegurament propis en totes les maniobres, amb excepció de l'última de despenjament o ràpel, per evitar l'excessiva deterioració per desgast de l'equipament comú.
4. L'assegurament l'heu de realitzar sempre mitjançant un dispositiu autoblocant automàtic tipus "GriGri" o similar. L'assegurament mitjançant descensor tipus "Vuit" està prohibit. Comproveu que la relació de pesos entre escalador i assegurador són equilibrats.
5. No es permet el descens de l'escalador de forma ràpida.
6. No es permet escalar per sota o per sobre de la vertical d'un altre escalador.
7. No es permet escalar o accedir a la zona de matalassos amb el mateix calçat que es porta del carrer.
8. Empreu la mínima quantitat de **magnesi**, i només en la seva **fórmula líquida**, a causa de l'efecte negatiu que causa en l'adherència de les preses i formes.
9. Mantingueu la part baixa del rocòdrom lliure de material d'escalada i de qualsevol altre material o equipament personal que pugui posar en perill a un escalador en la seva caiguda.
10. És recomanable realitzar estiraments i escalfar adequadament abans de començar a escalar per evitar lesions.
11. La modificació dels itineraris d'escalada o canvis de preses estan prohibides.
12. No es permet pintar o retolar la instal·lació.
13. Realitzant bloc, és prohibit superar la primera línia d'assegurances sense cap tipus d'assegurament. És aconsellable que un company protegeixi a l'escalador de bloc en tot moment, especialment en passos difícils, alts o de gestos que compliquin la caiguda.
14. Es podrà fer bloc a la zona de vies sempre que no es passi per sota d'una cordada on hi hagi un escalador. Tenen preferència els escaladors de corda.
15. No es permet muntar tirolines o cordes horitzontals i utilitzar els punts d'assegurament o despenjament per a qualsevol cosa que no sigui aturar caigudes o descens normal de l'escalador, i en cap cas es permeten les caigudes o vols voluntaris sobre els punts d'assegurament.
16. No es permet realitzar ràpels saltant o sobre una cordada que està escalant.
17. No es permet superar la zona superior de les vies d'escalada.
18. Haureu de comunicar de forma immediata al personal del C.E. La Xiruca Foradada qualsevol deterioració o anomalia que posi en perill la integritat de les persones o el correcte funcionament de la instal·lació.