

¿A quién va dirigido y qué ofrece nuevo este manual?

Como ya has podido comprobar presentamos dos formatos con informaciones complementarias: Libro y CD.

En el libro encontrarás, paso a paso, toda la información básica para iniciarte en la escalada, comenzando por el nivel más bajo, el Top Rape, el equipo necesario, anudar la cuerda, técnica básica de ascensión..., y terminando en la escalada De Primero, modalidades, movimientos, agarres, mosquetonear, llegar a la reunión, rapelar... Por tanto, a aquellos escaladores que llevan poco tiempo o a aquellos que quieran iniciarse, les resultarán muy valiosos los conceptos teórico-prácticos y los consejos que emanan de gente más experimentada y que quedan reflejados en este manual.

El CD Multimedia servirá de complemento al texto, ya que incluye vídeos que nos ayudan a comprender mejor algunos conceptos que resultan difíciles de explicar y entender con simples ilustraciones.

También incluimos un apartado en el que te explicamos la otra cara de la escalada, es decir, aquellas acciones que consideramos incorrectas, ya sea por seguridad del escalador, por no ser una actuación acorde con la conservación del medio ambiente, o porque no son un medio "legal" de ascender, como agarrarse a chapas, ascender por la cuerda... como dice un compañero de escalada: << si haces algo de eso te suelta la cuerda >>, una mentirijilla suficiente para no realizarlas.

Los vídeos y fotografías han sido realizadas entre la escuela gaditana de San Bartola (Tarifa) y el rocódromo del Pabellón Municipal de Chiclana. Agradezco su ayuda en la elaboración de las mismas a Jaume, compañero del Club de Montañismo Chiclana.

Javier Bernal

2. EL PRIMER PASO. EL TOP ROPE

2.1. DEFINICIÓN

El Top Rape es la modalidad más segura de la escalada deportiva, ya que la cuerda siempre queda tensa y por delante del escalador, impidiendo que se enrole en las piernas y sin la necesidad de ir mosquetoneando en cada seguro hasta llegar a la reunión. Es la más adecuada para los principiantes y para aquellos que desean entrenar una vía de gran dificultad de una forma segura antes de ir De Primero.

El escalador que asciende en Top Rape es llamado también segundo de cuerda, siendo habitualmente el que ha asegurado a un compañero que iba De Primero y que le ha montado la vía.

En algunas ocasiones no es necesario que haya un escalador que suba De Primero hasta la reunión, sino que ésta queda al alcance de un lugar por el que se puede subir a pie para pasar la cuerda. En este caso pasaremos un cabo de la cuerda por el mosquetón o la anilla de la cadena e iremos soltando cuerda hasta que llegue con sobra al suelo. El resto de la cuerda con el otro cabo también será lanzado con cuidado. El que se dispone a escalar coge el primer cabo y se lo ata al arnés con un ocho doble, mientras que el que asegura inserta la cuerda en el aparato que va a utilizar (ocho, grigri...)

Una última posibilidad radica en que vayamos a escalar una roca que no ten-