

4. *Pruebas de acceso al primer nivel del grado medio.
(Común para todas las especialidades de los deportes
de montaña y escalada)*

4.1 Primera parte:

- a) Objetivo: valoración de la condición física.
- b) Contenido: recorrer un itinerario conformado por un terreno variado de montaña de 1.500 metros de desnivel positivo acumulado, en el tiempo establecido por el tribunal y transportando una mochila cargada con 10 kilogramos de peso.
- c) Evaluación: quedará superada esta primera cuando el aspirante haya finalizado el recorrido dentro del tiempo establecido por el tribunal.

4.2 Segunda parte.

- a) Objetivo: valoración de las habilidades específicas.
- b) Contenidos: cargado con una mochila con 10 kilogramos de peso, completar en el tiempo establecido por el tribunal para cada uno de los recorridos, tres itinerarios que reúnan las siguientes características:
 - Recorrido balizado de hierba de una longitud mínima de 50 metros.
 - Recorrido balizado de pedrera de una longitud mínima de 50 metros.
 - Recorrido balizado con un resalte rocoso de longitud mínima de 50 metros.
- c) Evaluación: esta segunda parte quedará superada cuando el aspirante haya realizado los tres recorridos, sin haber sufrido ninguna caída, en los tiempos establecidos por el tribunal.

5. *Pruebas de acceso al segundo nivel del grado medio*

5.1 Primera parte (común para todas las especialidades de los deportes de montaña y escalada).

- a) Objetivo: valoración de la condición física.
- b) Contenido: recorrer, en el tiempo establecido por el tribunal y transportando una mochila con 10 kilogramos de peso, un itinerario de montaña de terreno variado, con 1.500 metros de desnivel positivo acumulado.
- c) Evaluación: esta primera parte quedará superada cuando el aspirante haya completado el itinerario en el tiempo establecido por el tribunal.

5.5 Segunda parte (específica para la especialidad de media montaña).

- a) Objetivo: valoración de las habilidades específicas.
- b) Contenidos: completar, con una mochila cargada con 10 kilogramos de peso, cinco itinerarios el tiempo establecido por el tribunal para cada uno de ellos. Los itinerarios tendrán las siguientes características:

Recorrido balizado de hierba de una longitud mínima de 50 metros.

Recorrido balizado de pedrera de una longitud mínima de 50 metros.

Recorrido balizado con un resalte rocoso de longitud mínima de 50 metros.

Recorrido balizado con una pendiente nevada de longitud mínima de 50 metros.

Recorrido de orientación con un mínimo de seis balizas y de 12 kilómetros de recorrido medido «en distancia reducida». El aspirante deberá pasar por todas las balizas del recorrido.

- c) Evaluación. Esta segunda parte de las pruebas se superará cuando el aspirante haya realizado los cinco itinerarios en el tiempo establecido. A tal fin, cada salida del itinerario marcado será penalizada incrementando al tiempo obtenido por el aspirante, un 5 por 100 del tiempo establecido por el tribunal.

5.3 Segunda parte (específico para la especialidad de barrancos).

a) Objetivo: valoración de las habilidades específicas.

b) Contenidos.

Completar un recorrido equipado, de V grado de dificultad, de una longitud mínima de 20 metros, en el tiempo establecido por el tribunal. En caso de caída, el aspirante deberá comenzar de nuevo el itinerario desde el lugar de su comienzo, actuando como primero de cordada.

Nadar 100 metros en aguas tranquilas o vivas, vistiendo traje de neopreno de 7 mms en un tiempo determinado.

Sumergirse a una profundidad de 2,5 metros, utilizando la técnica adecuada, vistiendo traje completo de neopreno de 7 mms.

Realizar un descenso de barrancos en terreno variado, incluyendo marcha, «destrepe» y «rappel convencional», en el tiempo establecido por el tribunal.

c) Evaluación: esta segunda parte se superará cuando el aspirante haya:

Finalizado el recorrido en escalada a vista en el tiempo establecido.

Nadado en superficie la distancia requerida en el tiempo establecido.

Efectuado la inmersión sin nadar, al primer intento, sin salto y empleando el gesto técnico correcto.

Finalizado el descenso del barranco en el tiempo establecido, sin haber sufrido más de tres caídas. A tal fin se tendrá en cuenta que cada salida del circuito marcado será penalizada incrementando al tiempo obtenido por el aspirante un 5 por 100 del tiempo establecido por el tribunal.

Empleado correctamente el material técnico específico de cada especialidad deportiva, sin utilizar otros materiales que los específicos y en la cantidad suficiente.