

## ANEXO VI

### DESCRIPCION DE LAS PRUEBAS Y MATERIAL NECESARIO

#### PRUEBA DE RESISTENCIA

##### 1- Descripción de las pruebas.

Recorrer en el tiempo establecido por el tribunal y transportando una mochila con 10 Kg. de peso, un itinerario de montaña de terreno variado, con 1500 metros de desnivel positivo acumulado.

##### 2- Material que debe aportar el aspirante para esta prueba:

- Ropa adecuada para practicar el esquí de montaña adecuadas a las condiciones meteorológicas dadas.
- Calzado adecuado: botas de esquí de montaña.
- Mochila con capacidad suficiente para el equipo personal y los 10 Kg de peso mínimo.
- Equipo completo de esquí de montaña ("con fijaciones específicas, bastones, pieles y cuchillas).
- Un piolet clásico.
- Crampones técnicos con antiboot.
- Equipo completo para avalanchas (Arva, sonda, pala).
- Bebida y comida
- Botiquín individual
- Protección solar y para el frío.
- Brújula
- Casco
- Frontal

Nota: el material especificado tiene que ser homologado.

##### 3- Criterios de valoración y especificaciones:

La prueba quedará superada cuando el aspirante haya finalizado el recorrido dentro del tiempo establecido por el tribunal.

##### 4- Recomendaciones y orientaciones para el aspirante.

- ✓ El peso de la mochila deberá ser de 10 Kg en todo momento.
- ✓ El piolet y los crampones, así como la pala y la sonda pueden formar parte de la mochila de 10 Kg.
- ✓ Los esquís y las botas, la comida y el agua no forman parte de los 10 Kg.
- ✓ Material obligatorio: piolet, crampones, casco, Arva, pala, sonda y sistema de frenado de los esquís (frenos o correas) son obligatorios para poder realizar la prueba.
- ✓ El casco es obligatorio utilizarlo durante todo el recorrido.