

# SALIDAS POR EL DIA

## VIVE LA ADRENALINA EN LA NATURALEZA

Diana Villares- Julio Espinoza

UPERATUS LIMIT



Actividades : Escalada en tope Rope y Rapel, Canyoning- Cascadas, kayak, Raquetas nieve etc.

-Actividad en contacto con la naturaleza, que logra salir del estrés y hábitos diarios, volviendo a los inicios de la especie. Se montan 2-3 vías de escalada y rapel, trekking y bajada de cascadas, día de caminata en nieve con raquetas, kayak, etc. Lo que pidan, lo tenemos. Solo trae ganas de disfrutar, solo o acompañado.

-Compartir y pasarlo bien, en una actividad de superación de miedos, y autosuperación personal, adrenalina y diversión.

-Actividad que pone al límite tus capacidades, todo bajo control y seguridad , logrando una autoevaluación de las habilidades personales.

LUGAR SEGÚN  
TEMPERATURA, época  
año, grupo.



## Requisitos:

- No se requiere experiencia previa
- Mochila pequeña, ropa cómoda deportiva
- Bloqueador, gafas sol, gorra
- Mochila cómoda, (toalla, traje baño, si requiere baño). Cortavientos dependiendo condiciones de tiempo.
- Agua para hidratarse, 1,5 litros, ración de marcha.

¡VEN A PASARLO  
BIEN!



## Incluye

- Profesores a cargo, especializados, en Educación Física, escalada- montaña.
- Equipo técnico y de seguridad; casco, arnés, dispositivo, etc.
- Mini charla de explicación actividad y seguridad
- Botiquín primeros auxilios básico



## Recursos

- **Recursos humanos:** Diana Villares, profesora de ed. Física, magister, Entrenador Escalada Olímpico COCH- FEACH. Experiencia mas de 10 años.; profesor Julio Espinoza montañista-escalador, Guía Instructor Escalada ENAM ,cursos especialistas en Enam, técnicas de montaña, glaciación, etc., experiencia mas de 10 años. !Nos encanta lo que hacemos¡.
- **Recursos económicos:** desplazamiento, entrada al lugar (si la hubiera), hidratación y comida del día, por parte del interesado. Pide tu salida, o bautismo y consulta a nuestra web.

**!!VEN CON GANAS DE PASARLO BIEN¡¡**