



# CONSEJOS PRÁCTICOS BOULDERING



## Caídas

- Evite caídas incontroladas. Es muy probable que se haga daño a sí mismo o a las personas que están a su alrededor.
  - Descienda ya sea destreando, saltando o al menos realizando una caída controlada.
- La colchoneta no hace completamente seguro el boulder.

## Travesía

- Los escaladores que están escalando en vertical tienen prioridad sobre los que están en travesía.

## Obstrucciones

- Mantener la colchoneta libre de objetos.
- No apoyarse ni situarse sobre la pared de escalada cuando haya gente escalando.

## Material de escalada

- Evite llevar material colgado de su arnés.
- Podría lesionarle al caer.

## Portear

- Portear implica ayudar a alguien a controlar su caída, guiándolo hacia la colchoneta para que caiga sobre sus pies.
- No intente portear a alguien a menos que esté seguro de poder hacerlo correctamente.
- Asegúrese de que el escalador quiere que lo porteen.