

Club; G.A.S. y Montaña Ciudad de León



Grados de Dificultad: Senderismo/Montaña

F: Fácil; Pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles moderados, siempre inferiores al 45%, que se ascienden progresando (en nieve a veces con piolet). Trepadas fáciles hasta IIº grado. Algunos tramos en glaciar con grietas. Montañeros experimentados pueden ascender sin cuerda.

PD: Poco Difícil; Pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles fuertes superiores siempre al 45%, aunque se suben andando. Aristas y crestas estrechas y aéreas. Trepadas de cierta dificultad, hasta IIIº grado. Glaciares agrietados. El uso de la cuerda puede hacerse necesario en más de una ocasión.

AD: Algo Difícil; Largas pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles fuertes superiores siempre al 50%, aunque se puedan subir andando. Aristas y crestas estrechas y aéreas. Escaladas de dificultad moderada incluso en terreno vertical, grados IIIº y IVº. Glaciares muy agrietados y complicados. Uso obligatorio de cuerda. Solo para montañeros experimentados.

D: Difícil; Escalada mantenida, tanto en roca (frecuentes IVº), hielo o nieve .

MD: Muy Difícil; Ascensiones y escaladas técnicas complicadas en cualquier tipo de terreno, pudiéndose alcanzar hasta el Vº grado de escalada clásica. Longitud considerable. Pendientes de graduación límite. Exposición muy alta. Requerida mucha técnica. En lugares remotos.

ED: Extremadamente Difícil; Dificultad extrema con enorme exposición, de larga duración, en lugares remotos.

ABO: Abominable; Extremadamente difícil y peligrosa.

I° Trepada donde es necesario apoyar los brazos. Requerido el uso de las manos para guardar el equilibrio. En algunos tramos aéreos se necesitará encordar a las personas poco experimentadas.

II°: Trepada con muy buenos agarres en el que se usan los brazos para progresar. Trepada por una ladera con pocos agarres. En el ascenso se utilizará la cuerda con personas poco experimentadas y se recomienda para todos la cuerda en el descenso.

III-, III, III+: Escalada que puede llegar a ser vertical pero con buenos agarres. Se necesitará la cuerda para ascender. El descenso se realizará en rappel. Se necesitan conocimientos técnicos de progresar, asegurar y rapelar. Ascensión complicada en condiciones invernales. Se necesitan pies de gatos para personas no expertas.

IV-, IV, IV+: Escalada propiamente dicho. Vertical con buenas presas, chimeneas, diedros, fisuras poco verticales... Se requiere una buena condición física. Se necesitan pies de gatos.

V-: Como IV pero mayor dificultad técnica.

V: Como V- pero mayor dificultad técnica.

V+: Como V pero mayor dificultad técnica.

Dificultad de los pasos aislados:

I.....Fácil
II.....Poco difícil
III-IV.....Difícil
V.....Muy difícil
6ª, 6b, 6c, 7b, 7c, 8ª, 8b, 8c, 9ª.....Extremadamente difícil
Cada grado puede estar seguido de sup, + o inf,-

Escalas de Dificultades más Utilizadas en España:

Dificultad de la vía en su conjunto:
F.....Fácil
FD.....Poco difícil (inferior o superior)
D.....Difícil (inferior o superior)
MD.....Muy difícil (inferior o superior)
ED.....Extremadamente difícil (inferior o superior)

Dificultad en escalada artificial:

(fácil) A1, A2, A3, A4, a% (extremadamente difícil)

Otro Tipo: Niveles de Senderismo y Montaña

i



1. **Forma física:** Normal
2. **Experiencia previa en montaña:** No se precisa.
3. **Ritmo:** Muy tranquilo.
4. **Desnivel por ruta:** 0 a 300 m.
5. **Distancia por ruta:** 0 a 12 km.
6. **Terreno:** Relativamente cómodo y sin dificultades

A



1. **Forma física:** Normal, con hábito de caminar.
2. **Experiencia previa en montaña:** No se precisa.
3. **Ritmo:** Tranquilo.
4. **Desnivel por ruta:** 300 a 600 m.
5. **Distancia por ruta:** 12 a 18 km.
6. **Terreno:** Relativamente cómodo y sin dificultades.

B



1. **Forma física:** Buena, con hábito de hacer deporte.
2. **Experiencia previa en montaña:** Aconsejable.
3. **Ritmo:** Medio.
4. **Desnivel por ruta:** 600 a 1.000 m.
5. **Distancia por ruta:** 16 a 20 km.
6. **Terreno:** Posibilidad de tramos escarpados o fuera de camino.

C



1. **Forma física:** Muy buena.
2. **Experiencia previa en montaña:** Imprescindible
3. **Ritmo:** Intenso pero sin correr.
4. **Desnivel por ruta:** 1.000 a 1.500 m.
5. **Distancia por ruta:** 18 a 22 km.
6. **Terreno:** Posibilidad de pasajes delicados.