

## ESCALADA

Atualizado em segunda-feira, 11 agosto 2025 15:54

---



A Ilha da Madeira possui excelentes condições para a prática desportiva de escalada. Neste momento estão disponíveis dois recursos, sendo um na Zona do Pico do Areeiro e outro na Baía d'Abra- Ponta de São Lourenço. Esta atividade pode ser realizada em qualquer altura do ano!

Solicite a licença para a prática de escalada através do [Simplifica](#)

Escalada é o desporto ou a atividade de escalar paredes de rocha, especialmente com o auxílio de cordas e equipamentos especiais. O objetivo é atingir um ponto final ou um cume de uma face rochosa ou de uma estrutura. Isso é feito utilizando equipamentos específicos, dependentes da dificuldade da escalada. É um desporto com uma exigência física elevada que combina ginástica e agilidade com o trabalho mental para executar uma ascensão ou uma travessia.

Esta atividade pode ser praticada como forma de recreação ou, em níveis mais elevados, como desporto competitivo. Além disso, algumas atividades comerciais utilizam as técnicas da escalada no seu cotidiano, como na manutenção de torres de comunicação e pontes. Também é uma competência necessária para realização de operações militares e resgates de emergência. (Fonte <https://pt.wikipedia.org/wiki/Escalada>)