



CURSO DE AUTORRESCATE EN ESCALADA

A QUIÉN VA DIRIGIDO

Dirigido a escaladores con experiencia en escalada en pared de varios largos, que dominen las técnicas básicas de aseguramiento y rápel.

OBJETIVOS

Conocer los materiales, técnicas y maniobras básicas para ayudar a resolver situaciones delicadas o accidentes que pueden surgir en una pared de escalada.

CONTENIDOS

Los contenidos teórico-prácticos asociados al curso son los siguientes:

- Nudos y conceptos básicos
- Maniobras básicas a conocer
- Rápel con herido
- Maniobras de izado y/o ayuda al compañero
- Solución de problemas durante el rápel
- Rescate al segundo de cuerda
- Rescate al primero de cuerda

REQUISITOS

Deportivos / experiencia previa

Experiencia mínima de dos años en escalada con experiencia en vías de varios largos. Conocimiento de las maniobras de aseguramiento y rápel (con cuerda simple y cuerda doble). Capacidad para escalar dificultad mínima de V+/A0.

No tener ninguna lesión física o enfermedad comprometida.

Material necesario

- Casco, arnés cómodo, pies de gato, magnesio, cabo de anclaje ó daysy/multichain, grigri, asegurador dinámico tipo reverso ó similar.
- 10 cintas exprés, 2/3 cintas de reunión de mínimo 120 cm, 8 mosquetones de seguridad incluyendo al menos 1 de forma HMS (forma de pera), 2 cordinos para nudos machard, microbloqueador de cuerda (opcional).



- Comida y bebida
- Cuaderno y bolígrafo.
- Medicación (en caso necesario).

LUGAR Y HORARIOS

2 días de 8 horas por jornada (de 9:00 a 18:00, aproximadamente).

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

- Paso 1: Complimentar el formulario de inscripción [aquí](#). Una vez finalizado el formulario, donde aparecerá el número de cuenta al que realizar el ingreso.
- Paso 2: Enviar a info@fcdme.es el resguardo del ingreso realizado.
(NOTA: La inscripción no se formalizará hasta que no haya sido recibido y comprobado el resguardo del ingreso).
- Paso 3: Una vez comprobado el cumplimiento de los requisitos indicados, y en orden de inscripción hasta alcanzar el número máximo de participantes, se os contactará a través de número de whatsapp o, en su defecto, correo electrónico, para compartir la información sobre lugar y hora de comienzo del curso.

PRECIO

- Personas federadas en la Federación Cantabra de Montaña y Escalada (año actual): **135€**.
- Personas federadas en montaña, pero en otra CCAA: **150€**.

INCLUYE

- Certificado de aprovechamiento.
- Guía de escalada profesional titulado.
- Seguro RC.
- IVA.

NO INCLUYE

- Transporte hasta el lugar del curso.
- Alojamiento y manutención.



CONDICIONES DEL CURSO

- La celebración del curso está condicionada a que exista un número suficiente de personas inscritas. El número mínimo de alumnos necesario para que el curso se celebre es de 4, y el número máximo de 6.
- La cancelación del curso es susceptible a: cambios meteorológicos repentinos no previstos; condición física inadecuada de los participantes; incidente derivado de una enfermedad no notificada previamente por parte de los participantes.
- La cancelación de la inscripción deberá comunicarse con un mínimo de 7 días naturales de antelación, respecto al inicio de la actividad, para tener derecho al reembolso íntegro del importe abonado.
- Las cancelaciones comunicadas con menos de 7 días naturales de antelación al inicio de la actividad no tendrán derecho al reembolso del importe abonado.
- Las fechas y el lugar de los cursos pueden ser modificadas, a criterio del instructor del curso, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejaren.
- La participación de los menores de edad será posible únicamente previa autorización escrita, paterna o del tutor, presentada en persona por el responsable al instructor del curso a su inicio.
- La solicitud de inscripción en el curso supone la aceptación de estas normas.

CONTACTO

Para dudas respecto al proceso de inscripción: info@fcdme.es

Para dudas sobre el desarrollo del curso: ecam@fcdme.es