

# CURSO DE INICIACIÓN AL BARRANQUISMO



## A QUIÉN VA DIRIGIDO EL CURSO

Dirigido a deportistas federados con poca o nula experiencia en barranquismo y que quieran iniciarse en esta modalidad con seguridad y respeto al medio natural.

## OBJETIVOS

Descender barrancos de baja/moderada dificultad con autonomía y seguridad.

## CONTENIDOS

- El Medio Natural en el Barranquismo.
- Preparación de descensos (croquis, meteorología, logística, material, etc).
- Material del barranquista ( progresión y auxilio. Individual y colectivo).
- Comunicación del grupo.
- Progresión horizontal (andar, destrepes fáciles).
- Progresión acuática (natación, saltos y toboganes).
- Progresión vertical con grupos (instalación de cabeceras de rapel, rapeles en seco y rapeles acuáticos).

## REQUISITOS

### A) Deportivos:

Saber nadar, no tener vértigo, estar acostumbrado a caminar por terreno inestable de montaña y capacidad física normal para aguantar una jornada en montaña.

No tener ninguna lesión física o enfermedad comprometida.

### B) Material necesario a aportar por el alumno/a:

- Traje de baño ajustado.
- calzado cerrado con suela no lisa en buen estado para mojar (ideal calzado de trekking o zapatilla deportiva)
- Cinta o goma para recoger el pelo largo
- Cinta o cordino si se usan gafas para no perderlas.
- Toalla.
- Calzado de recambio.
- Bebida para mantenerse hidratados.
- Comida ligera y energética.
- Cuaderno y bolígrafo.
- Medicación (en caso necesario).

# CURSO DE INICIACIÓN AL BARRANQUISMO



## HORARIOS

2 días de 6 horas por jornada (aproximadamente de 9:00 a 15:00).

## PROCESO DE INSCRIPCIÓN

- Cumplimentar el formulario de inscripción [aquí](#). Una vez finalizado el formulario, será visible el número de cuenta al que realizar el ingreso.
- Enviar a [info@fcdme.es](mailto:info@fcdme.es) el resguardo del ingreso realizado.  
(NOTA: La inscripción no se formalizará hasta que no haya sido enviado el resguardo del pago realizado).
- Tras cumplir con 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 Cántabra de Montaña y Escalada (año actual): **135€**.
- Personas federadas en montaña, pero en otra CCAA: **150€**.

### ¿Qué incluye?

- Instructor de barranquismo titulado como Técnico Deportivo en Barrancos.
- Material técnico: cuerdas, arneses, cascos, cabos de anclaje, ochos, mosquetones, sacas, bidón estanco, neoprenos completos y escarpines de neopreno.
- Certificado de aprovechamiento.

### ¿Qué no incluye?

- Transporte hasta el lugar del curso
- Alojamiento y manutención
- Cualquier otro concepto no especificado en “incluye”

# CURSO DE INICIACIÓN AL BARRANQUISMO



## NORMAS DEL CURSO

- La celebración del curso está condicionada a que exista un número suficiente de solicitudes de inscripción. El número mínimo de alumnos necesario para que el curso se celebre es de 3, el número máximo será de 4 alumnos.
- Cualquier anulación no justificada a causa de fuerza mayor con menos de 7 días de antelación, no tendrá derecho a devolución del importe de la matrícula.
- 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.
- Las fechas y el lugar de los cursos pueden ser modificadas, a criterio del instructor del curso, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan.
- Cualquier acción de un alumno que el instructor estime imprudente o peligrosa puede dar lugar a su exclusión inmediata del curso sin derecho a devolución de los gastos de matrícula.
- La solicitud de inscripción en el curso supone la aceptación de estas normas.

## CONTACTO

Para dudas respecto al proceso de inscripción: [info@fcdme.es](mailto:info@fcdme.es)

Para dudas sobre el desarrollo del curso: [ecam@fcdme.es](mailto:ecam@fcdme.es)

