

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).

HORARIOS Y FECHAS DE IMPARTICIÓN

Teoría: 1 sesión de presentación teórica en aula (2 horas de duración).

CURSO DE INICIACIÓN AL BARRANQUISMO



Práctica: 2 jornadas prácticas en barrancos (8 horas de duración aproximadamente cada jornada).

INSCRIPCIÓN

Se informará del plazo límite para presentar solicitudes junto con la primera publicación del curso. No obstante, si transcurrida esa fecha y antes de iniciarse el curso, analizaremos la posibilidad de incorporación de solicitudes posteriores.

El precio de inscripción en el curso es de 180€.

Proceso de inscripción:

- Rellenar el formulario de inscripción que aparece en la página web, junto a este documento.
- Envíanos a la dirección info@fcdme.es junto con:
 - Copia de la licencia federativa del año en curso.
- Tras cumplir con los requisitos indicados, y en orden de inscripción hasta alcanzar el número máximo establecido de inscritos, se os enviará a través de correo electrónico una confirmación junto con el número de cuenta de la Federación, al que será necesario ingresar el importe del curso y reenviar el justificante de ingreso.

¿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 escaupines 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 aconsejaran.
- 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

Correo electrónico (Cuestiones referentes a inscripción): ecam@fcdme.es

Teléfono (Cuestiones técnicas, de materia...): 649293530 (Sergio Torío)

