



Curso descenso de Barrancos - Iniciación al barranquismo

8 y 9 de OCTUBRE 2022

El descenso de barrancos es un deporte en auge, en este curso aprenderás sobre logística y técnicas de progresión actualizadas, para poder realizar descensos de barrancos de dificultad moderada, de manera autónoma y con total seguridad.

FORMADORES	Juan Carlos Riobello y Alex Asensio
LOCALIZACION	A determinar (zona norte P.N.P.E.)
DURACION	Sábado y Domingo de 09:00 a 18:00h
PRECIO	Exclusivo para Federados en montaña Socios: 60€ No socios: 80€ *El precio no incluye los gastos propios de transporte y comidas.
INSCRIPCION	El plazo de inscripción se abrirá el 1/8/2022. Plazas limitadas. La realización del curso está sujeta a la evolución de la pandemia de COVID 19

OBJETIVO

Aprender sobre la logística y técnicas de progresión actualizadas, para conseguir realizar descensos de barrancos de dificultad moderada, de manera autónoma y con total seguridad.

DINAMICA DEL CURSO

- **Sábado por la mañana:** practicas en seco.
 - Revisaremos el equipo y material.
 - Analizaremos la logística de los descensos e interpretación de croquis.
 - Practicaremos nudos e instalaciones de rapel básicas.
 - Realizaremos diferentes técnicas de rapel.

(Parada para comer)
- **Sábado por la tarde:** practicas en barranco.
 - Técnicas de progresión, salto y toboganes.
 - Destrepe y técnica de oposición.
 - Puesta en práctica de las maniobras básicas con cuerda y rapel.
 - Ajuste de cuerdas.
 - Llaves de bloqueo.
- **Domingo todo el día:** practicas en seco y barranco.
 - Repaso de las maniobras con cuerda del día anterior.
 - Instalaciones de rapel desembragables.
 - Rápel de fortuna como consecuencia de pérdida de ocho.
 - Asegurar al compañero en los rápeles.
 - Destrepe asegurado.

(La comida se realizara durante la actividad)

MATERIAL NECESARIO

- Casco homologado para escalada o barrancos.
- Arnés.
- Descensor tipo 8.
- Cabo de anclaje doble.
- Mosquetones.
- Neopreno completo con grosor mínimo de 3mm, preferiblemente 5mm.
- Escarpines (calcetines de neopreno).
- Botas de barrancos o botas de trekking.
- Bañador.
- Camiseta de licra o técnica.
- Toalla.
- Ropa y calzado de recambio.

(Si no tenéis material específico de esta lista poneros en contacto para gestionar su alquiler.)

- El material colectivo: Cuerdas, mochilas... será por cuenta de los formadores.