



CURS D'AUTORESCAT 2021

PRESENTACIÓ I OBJECTIUS:

Aquest curs va dirigit a persones que practiquen l'escalada de vies de varis llargs o activitats de muntanya on intervenen maniobres de corda com poden ser alpinisme, progressió de crestes, via ferrada...

L'objectiu principal d'aquest curs és donar als participants les eines bàsiques per a poder solucionar possibles imprevistos que puguin sorgir realitzant les activitats abans esmentades. És per això que les maniobres amb les quals treballarem les podrem realitzar amb el material que acostumem a utilitzar en aquestes activitats: mosquetons, cordinos, anells de cinta i aparell assegurador/davallador (tipus *reverso*).

Aquest curs no pretén formar el participants per poder afrontar rescats complicats, per això ja hi ha professionals. Es donaran eines per a poder pujar i baixar ferits o escaladors en dificultats, ajudar a segons que no poden superar passos concrets, opcions i solucions en ràpels.

El primer dia del curs treballarem les maniobres de manera aïllada i en un terreny còmode, per així poder-les assimilar amb facilitat.

El segon dia plantejarem situacions on s'hagin de combinar les diferents maniobres tot simulant rescats.

CONTINGUTS:

- Nusos (encordament, fixar, autoblocants, fugats)
- Tècniques d'ascens (ascensió per corda fixa, assegurament a primer i segon de cordada)
- Tècniques de descens (ràpel: autoassegurat, politjat, assistit; despenjar el company, pas d'un nus)
- Ajudes al segon de cordada (polipasts, contrapès)
- Transferència de càrregues
- Protocols de seguretat (reunions, backup)

PREU:

Preu socis federats: 135€ (Mínim llicència tipus C)

Preu no socis federats: 150€ (Mínim llicència tipus C)

Preu no socis, no federats: 150€ + 30€ assegurança personal.

El preu inclou els serveis del/s tècnics d'escalada, assegurança de RC, material tècnic col·lectiu, fotografies de les activitats i petit dossier amb la teoria del curs.

Calendari curs:

Dissabte 20 i diumenge 21 de març de 2021.

El lloc on es realitzarà el curs dependrà de la meteorologia i la zona de residència dels participants. Normalment realitzem els cursos a: Penedès, Muntanyes de Prades, Coll de Merolla(Montgrony), Vilanova de Meià.

L'horari aproximat serà de 9:00 a 17:00. Farem una parada a mig dia per dinar, o si ho preferiu podem anar picant durant el dia.

L'horari i punt de trobada exactes es passarà via *whatsapp*.

Material personal que cal portar:

El material utilitzat en vies de varis llargs equipades.

Casc, arnés, peus de gat, cap d'ancoratge(tipus *multichain* si és possible), aparell assegurador/davallador(tipus *reverso*), anells de cinta plana per a fer reunió, mosquetons de seguretat (mínim 7), 2 anells de cordino de 6mm i 60cm, cintes *express* i una corda mitja.

Si no disposeu d'algun d'aquest material o teniu dubtes m'ho comenteu. També cal portar aigua i menjar per a la jornada, així com motxilla, frontal i roba adequada a la meteorologia.

*En cas de no tenir llicència federativa caldrà contractar l'assegurança personal.
(Total curs: 200€)*

Per confirmar la inscripció cal omplir la informació de l'enllaç:

<https://cemcerdanyola.playoffinformatica.com/activitat/257/inscripcio/nova>

Inscripcions fins al 15 de març de 2021.

Important:

En cas de no poder realitzar el curs a causa de les restriccions derivades de la pandèmia retornarem l'import íntegre del curs.