

**TALAYUELAS, ABRIL 2011**

### DESCRIPCIÓN

CURSO de 20 horas para 12 alumnos, Rovers y Scouters, a realizar en la Tinada de las Lagunas (Talayuelas-Cuenca) días 16 y 17 de abril 2011.

PROFESOR DIRECTOR: José David Blázquez Gonzalbo (Técnico de Montaña NIVEL 2)

PROFESORADO: TM,s. NIVEL 2, Guías de Montaña (EAM.FEDME.)

METODOLOGÍA y DIDÁCTICA (ASESOR): Pep Segura, Coordinador XV IMPEESA. Diploma Superior de Montaña EMMOE.

El curso se estructura en ocho sesiones, cuatro por jornada, en horario continuado desde las 08:00 a las 21:00 (primer día) y desde las 08:00 a las 19:00 horas (segundo día) con pausa de dos (2) horas al mediodía. Las dos primeras sesiones, día primero, de introducción y parte teórica; resto de sesiones en pared y vías escuela.

### OBJETIVOS DEL CURSO

1. Proporcionar a los alumnos una visión de conjunto en relación con las Técnicas de Movimiento en Montaña (ambiente estival en baja y media montaña). Tipos de roca, modalidades de progresión (alpina), equipos y materiales, homologación, prevención y gestión de riesgos.
2. Conocer y observar el mínimo de condiciones psíquicas y físicas requeridas; riesgos objetivos y subjetivos.
3. Conocer y practicar las distintas técnicas de destrepe y descenso en roca con empleo de cuerdas y descensores.
4. Conocer y practicar las distintas técnicas de ascenso, escalada en roca, clasificación y graduación de vías y pasos, progresión, movimientos y los distintos procedimientos de aseguración.
5. Conocer y practicar las distintas técnicas de bloqueo, auto-rescate y rescate en pared.

### TEMPO SESIONES, OBJETIVOS Y CONTENIDOS:

NTR.

METODOLOGÍA Y DIDÁCTICA: NTR.

RECURSOS DIDÁCTICOS: NTR.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: NTR.

[ NTR: No se tratan aquí (Security level SLU.)]

### CONTENIDOS

- Modalidades alpinas: Ferratas, Escalada en roca (libre, artificial, indoor, alpina).
- Preparación física. Fundamentos.
- Principio de Adaptación Biológica.
- Métodos entrenamiento. Clasificación (Resistencia, Fuerza, Musculación, Flexibilidad).
- Condiciones psíquicas.
- Equipamiento. Equipo de escalada. Empleo, mantenimiento y conservación.
- Recorridos en ferratas: material y aseguración. Peligros y normas.
- Destrepe y descensos: Cuerda a la espalda y Rapel.
- Escalada en roca: material y técnica de aseguración. Nudos (de encordamiento, autoseguro y de seguro; nudos de bloqueo y anclaje. Anclajes: naturales y artificiales. Reuniones en pared. Trepa y trepa asegurada. Izados. Cordada en pared (de a dos (2) y de a tres (3)).
- Técnica de escalada libre (clásica). Básicas: Apoyos y Presas (agarres). Control del centro de gravedad. Adherencia; en equis; para chimeneas; oposición (bavaresa); empotramiento.
- Valoración y dificultad: (UIAA. Francés)
- Tracción, auto-tracción y travesías en pared
- Métodos de retirada en pared, salvamento y emergencias.
- Poleas, Polipastos y autobloqueantes
- Rescate SCHUHMANN
- Atención, voces y disposición a pie de vías.
- Primeros auxilios y principios de empleo en las evacuaciones
- Instalaciones semipermanentes. Cuerdas fijas.

**MATERIAL:** Security Level SLU.

**APOYOS EXTERNOS:** Paco Coma (Casillas de Ranera)

**TRANSPORTES:** Comité de Grupo XV IMPEESA

### COBERTURAS:

- De la actividad scout. (15-17 abril) ASDE.FSV.
- Del Curso: (Accidentes y RC. Security Level)

**PRIMEROS AUXILIOS:** Botiquín de CLAN / GRUPO

### MEDIDAS DE COORDINACIÓN:

- Transporte en vehículo de AUTORENT, furgoneta PAX-9
- Salida Local de Grupo: viernes 15 a las 19:00 horas
- Regreso (Local): Previsto domingo 17 a las 21:00 horas
- Precio curso alumnos XV IMPEESA (50 €). Incluye TPTE.
- Precio curso alumnos no XV IMPEESA (60 €)
- Ingresar en XV IMPEESA (BANKIA) no más tarde del jueves 14 de abril. CCC. 2077-0299-19-3101169214