

## MONITORES

Monitores titulados por la EAM. El ratio máximo de monitores / cursillistas será de 1 / 4.

## NOTAS

Los desplazamientos se realizarán en vehículos particulares.

Existe la posibilidad de pernoctar en el Refugio de Alquézar, comunicarlo en el momento de la inscripción (No incluido en el precio del curso).

El régimen de alojamiento y manutención incluye la comida, la cena y la pernocta del día 3 y el desayuno del día 4. La cena y pernocta del día 10 y el desayuno del día 11, es necesario llevar comida de ataque para los días 4, 10 y 11. En el precio se incluyen las manutenciones, alojamientos especificados y los monitores de la EAM. No se incluyen los desplazamientos, ni los gastos personales.

Consúltanos si necesitas material o equipo. No hagas ninguna compra, déjanos que te asesoremos.

*La organización del curso se reserva el derecho de admitir o excluir; si se diera el caso, al cursillista que no reúna alguno de los requisitos relacionados y que pueda condicionar el normal desarrollo del curso.*



### Club Alpino Universitario

Servicio de Actividades Deportivas. Universidad de Zaragoza Pabellón Polideportivo Universitario

C/ Pedro Cerbuna, 12. 50009 - Zaragoza

☎ 976 762297

[www.clubalpinouniversitario.com](http://www.clubalpinouniversitario.com)

# Curso de iniciación Descenso de barrancos 3-4, 10-11 junio 2017



Información e inscripciones en la sede del C.A.U. o

en el e-mail

[barrancos@clubalpinouniversitario.com](mailto:barrancos@clubalpinouniversitario.com)

en la web

[www.clubalpinouniversitario.com](http://www.clubalpinouniversitario.com)

Confirmar previamente la inscripción en persona o por e-mail.



Plazas limitadas

Precio:

Socios: 175 €

No socios: 200 €

## CONTENIDOS

- ✓ Material y equipo básico de Barrancos
- ✓ Logística de un descenso
- ✓ Progresión sin cuerda. Marcha, Natación, Salto y Tobogán
- ✓ Progresión con cuerda. Mecánica del rapel, utilización del 8 y aseguramiento.
- ✓ Taller de nudos
- ✓ Instalaciones, anclajes, reuniones, rápel
- ✓ Medio ambiente y entorno natural
- ✓ Peligros y riesgos. Prevención y seguridad. Primeros auxilios

## OBJETIVOS

La finalidad del curso es formar a deportistas en la práctica del descenso de barrancos con el objetivo de dotarles de suficientes conocimientos para llevarla a cabo con autonomía, seguridad y respetando el entorno.

## REQUISITOS

Abierto a personas con o sin experiencia en descenso de barrancos que deseen iniciarse o consolidar sus conocimientos. **Imprescindible licencia federativa con cobertura adecuada y en vigor.** Condición física aceptable y conocimientos básicos de montaña.

## FECHAS

Dos fines de semana en junio 2017, 3-4 y 10-11, en otro Refugio por determinar en función de condicionantes meteorológicos e hidrológicos.  
El 25 de junio se realizará una salida promocional. Los barrancos a realizar durante el curso y en la salida promocional, se elegirán dependiendo de la climatología y el caudal de agua, así como del nivel medio de los participantes del curso.

## MATERIAL

El material personal que debes de llevar a la actividad será el neopreno, escarpines, arnes y el calzado. El material colectivo y el resto de material individual está incluido en el curso. En la reunión previa se comentará el material del que se dispone y si no se tiene, donde poder alquilarlo, si tenéis dudas consultarlo por e-mail o en la sede del club.

## PROGRAMA

### **Jueves 1 de junio, 20:30:**

Presentación del curso, organización de desplazamientos y logística. Material y equipo básico de Barrancos.

### **Sábado 3 de junio:**

**Mañana:** Utilización del rocódromo, teoría y práctica de progresión y descenso, instalaciones y taller de nudos.

**Tarde:** Prácticas de rápel y maniobras con cuerdas.

### **Domingo 4 de junio:**

**Mañana:** Prácticas en un barranco (por determinar) de la zona.

**Tarde:** Charlas sobre los conocimientos aprendidos.

### **Sábado 10 de junio:**

**Mañana:** Prácticas en un barranco (por determinar) de la zona.

Teoría: Peligros y riesgos. Prevención y seguridad. Primeros auxilios.

**Tarde:** Teoría de Aguas vivas. Medio ambiente y entorno natural.

### **Domingo 11 de junio:**

**Mañana:** Prácticas en un barranco (por determinar) de la zona.

**Tarde:** Charlas y fin del curso.

## INFORMACION E INSCRIPCIONES

En las oficinas del club podemos facilitarte información más completa sobre la organización del curso, los jueves de 20:30 a 21:30 h y por e-mail: [barrancos@clubalpinouniversitario.com](mailto:barrancos@clubalpinouniversitario.com)

La inscripción se formalizará por internet rellenando la **ficha de inscripción** y enviándola por email junto con el justificante de la transferencia del pago a la cuenta del CAU además de una copia del DNI y una copia de la licencia federativa.

Si tienes dificultades para inscribirte o entregar la documentación contacta con el responsable del curso en las señas indicadas arriba o envíanos un email.

El precio del curso para socios es de **175 €**, y para no socios de **200 €** (si no eres socio todavía, te interesa entrar a formar parte del club ☺ )

En el precio sólo se incluyen las manutenciones y alojamientos especificados, y los monitores de la EAM. Ver el apartado **NOTAS**.