FEDERACION NAVARRA
DE ESPELEOLOGIA
NAFAR ESPELEOLOGI
BATZORDEA

COMITE NAVARRO DE DESCENSO DE CAÑONES
NAFARROAKO ARROIL KOMITEA

CURSO TÉCNICAS BÁSICAS - DESCENSO DE BARRANCOS

- Conocer las técnicas y materiales necesarios para la práctica de descenso de barrancos con autonomía.
- Adecuar las diferentes formas de progresión en el descenso de barrancos en función del entorno.
- Reconocer los riesgos del descenso de barrancos y tomar consciencia de ello.

CONTENIDOS

- Descenso de barrancos, entorno y material
- Gestión de actividades (Interpretar croquis, planificación...)
- Nudos
- Técnicas de progresión horizontal (Oposición, destrepe, salto)
- Técnicas de progresión vertical (Uso de descensor, autoseguro...)
- Técnicas de instalación (Rapel, cordelete, desembragable…)
- Técnicas de auto-rescate (Rapel de fortuna, corte de cuerda…)

MATERIAL NECESÁRIO

- Ropa: Camiseta tipo lycra y mallas.
- Calzado: Específico de barrancos, o en su defecto botas o zapatillas tipo treeking (sin gore-tex).
- Toalla, zapatillas y ropa de abrigo para recambio.
- Dos cordinos de 7mm de 120cm de largo.
- Dos mosquetones iguales tipo HMS.
- Agua y comida.

Si alguien dispone y prefiere, puede utilizar su propio material.

LA TARIFA DEL CURSO INCLUYE

1. Seguro federativo para todo el año 2023, cobertura en espeleología, descenso de cañones y treeking.

2. Material individual: casco, arnés, traje de neopreno, etc…

3. Material colectivo: cuerdas, sacas, mochilas, etc…

4. Material didáctico.

5. Curso impartido por Técnicos Deportivos en Descenso de Barrancos.

La duración del curso son 2 fines de semana y el coste es de 200 euros por persona

Las plazas son limitadas por lo que las reservas se harán según el orden de inscripción

https://www.rockthesport.com/es/evento/tecnicas-basicas-en-descenso-de-canones-fne-neb