

CURSO AGUAS VIVAS PARA EL DESCENSO DE BARRANCOS

DIRIGIDO A:

Deportistas que deseen perfeccionar las técnicas de aguas vivas para afrontar barrancos con caudales y movimientos de agua.

OBJETIVOS:

- Gestionar caudales fluctuantes
- Conocer los movimientos de agua
- Anticipar pasos conflictivos en movimientos de aguas
- Saber actuar ante situaciones de aguas blancas
- Adquirir las técnicas básicas de autorrescate en barranco

CONTENIDOS

- Equipo y Material específico (personal y colectivo), adecuación al ámbito acuático.
- Contenidos básicos de seguridad en montaña (intrínsecos en los contenidos).
- Botiquín elemental.
- Planificación y Logística: gestión de peligros asociados (crecidas, hipotermia...)
- Rol del grupo e integrantes, protocolos de seguridad en las maniobras.
- Dinámica de progresión por barrancos y transporte del material
- Instalación preventiva cabeceras, desviadores, rápeles guiados.
- Lectura movimientos de agua en el río
- Uso de la cuerda
 - Cruces de río
- Natación aguas vivas



FEXME

Avda. Pierre de Coubertain s/n
"Pabellón Multiusos Ciudad de Cáceres"
10005 CÁCERES /// G-10047355
Teléfono: 927 23 64 24
Fax: 927 23 64 24
escuela@fexme.com

Federación Extremeña de Montaña y Escalada

Área de Formación

DURACIÓN: 15 H

Sábado 11 Mayo- 10:30 a 17:30, Jerte (Río)

Domingo 12 Mayo - 9:30 a 17:30, Jerte (barranco)

REQUISITOS:

- No tener miedo a las alturas y al movimiento de aguas
- Saber nadar
- Experiencia y autonomía en descenso de barrancos.
- Un mínimo de condición física .El alumno debe tener el estado de salud y la forma física adecuada que permita poder desarrollar con normalidad la actividad física convocada. Si padeces algún tipo de enfermedad que pudiera interferir en el desarrollo de la actividad, es necesario comunicárselo al técnico.

PLAZAS LIMITADAS

Mínimo 4.

Ratio 1 técnico / 4 deportistas.

MATERIAL NECESARIO

Individual:

- Ropa cómoda y adecuada para la actividad
- Neopreno completo, escaarpines, casco, arnés específico descenso de barrancos con doble cabo de anclaje homologado.
- Botas adecuadas a la actividad



FEXME

Avda. Pierre de Coubertain s/n
"Pabellón Multiusos Ciudad de Cáceres"
10005 CÁCERES /// G-10047355
Teléfono: 927 23 64 24
Fax: 927 23 64 24
escuela@fexme.com

Federación Extremeña de Montaña y Escalada

Área de Formación

- Frontal
- Bañador y Ropa de recambio

•Comida, agua y protección solar

PRECIO

100€ FEDERADOS mínimo Tarjeta con cobertura descenso de barrancos

115€ NO FEDERADOS Fexme / Fedme

El precio incluye:

- Expedición del certificado (para ello es necesario acudir al 100% de las horas)
- Material colectivo (cuerdas, cintas...)
- Profesorado
- Material técnico aguas vivas

El precio NO incluye:

-Alojamiento, manutención ni desplazamiento, ni alquiler de material ni cualquier otro gasto derivado.

**La Escuela FEXME podrá suspender el curso si no se cubre el número mínimo de plazas establecidas.*

- La Escuela FEXME podrá suspender/aplazar el curso, si las condiciones meteorológicas y del medio no son las conformes para realizar el curso. Los alumnos tendrán derecho a la devolución de las cantidades abonadas de los cursos aplazados/suspendidos no realizados.

- La edad mínima para inscribirse a partir de 18 años, y de 16 con autorización paterna.

- Se devuelve el 100% de lo abonado en caso de no asistencia por enfermedad debidamente justificada.

Para más información: escuela@fexme.com