



## **CONVOCATORIA GRUPOS DE TECNIFICACIÓN BARRANQUISMO**

Después de un par de temporadas de parón, desde el área de barranquismo de la Fexme se plantea crear grupos de jóvenes y de tecnificación, donde los deportistas con ambición y aspiraciones puedan mejorar su rendimiento deportivo y tengan un seguimiento y asesoramiento físico y técnico.

Se busca a los deportistas que realmente están centrados en la mejora del rendimiento y se mantienen activos en su formación deportiva, por lo que se hará una selección entre los aspirantes que cumplan los requisitos y muestren la motivación y el compromiso necesarios para la permanencia en los grupos.

Los deportistas que se ajusten a los criterios y sean seleccionados pasarán a formar parte del grupo durante esa temporada beneficiándose de las ventajas de pertenecer a los grupos de barranquismo

### **GRUPO DE DETECCIÓN DE JÓVENES BARRANQUISTAS**

*\*\*La creación de este grupo estará supeditada a la existencia de un mínimo de deportistas que cumplan los requisitos que se establecen.*

#### **Objetivos**

- Fomentar el barranquismo entre los jóvenes, iniciando en este deporte aquellos deportistas que muestren interés y el compromiso de asistir a las actividades propuestas.
- Formar a jóvenes pertenecientes a este grupo en las técnicas y prácticas propias del barranquismo, así como inculcar el disfrute y los valores de esta actividad.
- Dotar a los miembros del grupo de las cualidades necesarias para practicar descenso de barrancos de forma autónoma y segura.



ÁREA DE BARRANCOS

- Motivar a los componentes del grupo a seguir practicando el descenso de barrancos estableciéndose objetivos acordes a su nivel.
- Hacer de este grupo una cantera de jóvenes que puedan pasar a formar parte del grupo de tecnificación una vez hayan adquirido la experiencia y conocimientos necesarios.
- Detectar posibles candidatos a forma parte en un futuro del equipo nacional de barranquismo

**Requisitos de acceso y permanencia**

- Tener entre 18 y 25 años, pudiendo ampliar esta franja de edad si quedan desiertas plazas y siempre y cuando se muestre un interés manifiesto por parte del deportista, así como la aceptación por parte de los técnicos de la Federación. En el caso de los menores de edad deberán tener el consentimiento paterno para formar parte de este grupo.
- Tener en propiedad o disponer en el momento requerido del material necesario individual exigido en las diferentes actividades a desarrollar.
- Estar en una condición física que le permita realizar las actividades sin que ésta le pueda suponer una limitación, tanto a nivel personal como al resto del grupo.
- Mostrar una actitud positiva y diligente hacia las actividades propuestas, intentando aprender el máximo posible dentro de la formación incluida en las actividades.

Para la formación de este grupo existirá un plazo de inscripción hasta el 23 de junio, en el que los interesados deberán acreditar remitiendo a [barrancosfexme@gmail.com](mailto:barrancosfexme@gmail.com) la siguiente documentación:

- Rellenar la solicitud de acceso al grupo (ANEXO I) y estar en disposición de entrar a pertenecer al grupo de jóvenes barranquistas cumpliéndose todos los requisitos marcados



ÁREA DE BARRANCOS

- Presentar un currículum deportivo relacionado con la práctica del descenso de barrancos, incluyéndose conocimientos, experiencias previas, formación recibida,...
  - Carta de motivación, intereses y expectativas que le mueven para formar parte del grupo.
  - Los deportistas seleccionados deberán firmar un compromiso de asistencia a las diferentes actividades y concentraciones del grupo.
- \* Siguiendo el compromiso de fomento del deporte femenino, se reservará el 50% de las plazas del grupo para las chicas y mujeres que presenten la solicitud de acceso y cumplan los requisitos establecidos.

**Actividades básicas propuestas**

Fecha	Actividad
26 y 27 Junio	Presentación del grupo. Barrancos de iniciación. Progresión básica
17 y 18 Julio	Manejo de cuerda y rápel. Montajes de cabeceras
4 y 5 Septiembre	Progresión por cuerda. Prevención y solución de problemas básicos
2 y 3 Octubre	Preparación y barrancos peninsulares de dificultad moderada/media

\*\*Estas fechas son orientativas, pudiendo variar en función de las condiciones meteorológicas y otras preferencias y disponibilidad de miembros del grupo y técnicos.

Además de estas actividades básicas, se animará los miembros del grupo a que participen en otras del área (cursos, monográficos, ...) e incluso proponer otras



## **GRUPO DE TECNIFICACIÓN EN DESCENSO DE BARRANCOS**

*\*\*La creación de este grupo estará supeditada a la existencia de un mínimo de deportistas que cumplan los requisitos que se establecen.*

### **Objetivos**

- Formar un grupo de barranquistas capaces de afrontar objetivos deportivos de nivel representando a la FEXME.
- Mantener y mejorar la autonomía en la progresión en descenso de barrancos de los miembros del grupo.
- Trabajar en aspectos técnicos, físicos y psicológicos para mejorar la seguridad en los retos deportivos que se planteen.
- Establecer un grupo de deportistas que perdure en el tiempo, de forma que sean referentes del descenso de barrancos y que fomenten esta disciplina.
- Formar a los componentes del grupo en técnicas específicas, equipamientos, autosocorro y rescate, progresión en diferentes caudales...

### **Requisitos de acceso y permanencia en el grupo**

- Ser mayor de edad.
- Tener conocimientos y experiencias previas en el descenso de barrancos, siendo deportistas con autonomía plena en la práctica.
- Estar en posesión o disponer cuando se necesite del material personal básico, así como material de progresión por cuerda y autoseguro (neopreno, arnés, casco, descensor y cabos de anclajes, bloqueadores, mosquetones, cintas y cordinos...).
- Estar motivados y mostrar una actitud positiva ante las prácticas formativas y grupales.



ÁREA DE BARRANCOS

- Poseer y mantener un estado de forma bueno, que no limite los posibles objetivos que se planteen.
- Asistir a todas las concentraciones (salvo motivo debidamente justificado), así como, si es posible, a las acciones formativas avanzadas que proponga el área de barrancos para todos los federados.
- Participar activamente, cuando sea posible, en la formación del grupo de detección de jóvenes barranquistas, además de fomentar la práctica segura del descenso de barrancos.

Para la formación de este grupo existirá un plazo de inscripción hasta el 23 de junio, en el que los interesados deberán acreditar remitiendo a [barrancosfexme@gmail.com](mailto:barrancosfexme@gmail.com) la siguiente documentación:

- Rellenar la solicitud de acceso al grupo (ANEXO I) y estar en disposición de entrar a pertenecer al grupo de jóvenes barranquistas cumpliéndose todos los requisitos marcados
- Presentar un currículum deportivo relacionado con la práctica del descenso de barrancos, incluyéndose conocimientos, experiencias previas, formación recibida,...
- Carta de motivación, intereses y expectativas que le mueven para formar parte del grupo.
- Los deportistas seleccionados deberán firmar un compromiso de asistencia a las diferentes actividades y concentraciones del grupo.

\* Siguiendo el compromiso de fomento del deporte femenino, se reservará el 50% de las plazas del grupo para las chicas y mujeres que presenten la solicitud de acceso y cumplan los requisitos establecidos.



## Actividades y concentraciones

Fecha	Actividad
26 y 27 Junio	Presentación del grupo. Valoración nivel inicial. Barrancos de diferentes dificultades
17 y 18 Julio	Progresión en barrancos, técnicas específicas de cuerda
11 y 12 Septiembre	Autorrescate y situaciones de ayuda. Colaboración en barrancos
23 y 24 Octubre	Grandes verticales y barrancos de larga duración
6 y 7 Noviembre	Preparación y barrancos peninsulares de dificultad

\*\*Estas fechas son orientativas, pudiendo variar en función de las condiciones meteorológicas y otras preferencias y disponibilidad de miembros del grupo y técnicos.

Además de estas actividades básicas, se animará los miembros del grupo a que participen en otras del área (cursos, monográficos, ...) e incluso proponer otras



## ANEXO I

SOLICITUD DE PRESENTACIÓN PARA EL GRUPO DE:

- DETECCIÓN DE JÓVENES BARRANQUISTAS**
- TECNIFICACIÓN EN DESCENSO DE BARRANCOS**

NOMBRE Y APELLIDOS			
DNI			
FECHA DE NACIMIENTO		EDAD	
LOCALIDAD			
AÑOS FEDERADO		AÑOS PRACTICANDO BARRANQUISMO	
¿HAS PERTENECIDO ALGÚN GRUPO FEXME?			
NOMBRE DEL GRUPO			

Yo \_\_\_\_\_ con DNI \_\_\_\_\_, como deportista de la Federación Extremeña de Montaña y Escalada, he leído la convocatoria y cumpro todos los requisitos de acceso y permanencia marcados para formar parte del Grupo de Jóvenes Barranquistas/Tecnificación en Descenso de Barrancos durante la temporada 2021

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 202\_\_

Fdo: \_\_\_\_\_