

1^{er} Seminario de Tecnificación ECDC

EL RÁPEL

PLASENCIA
22 y 23 de Octubre

El rápel es una de las técnicas más delicadas en los deportes de montaña. Su aparente sencillez, entrena no obstante una serie de recovecos en los que acechan múltiples peligros. La correcta utilización de las técnicas en el momento apropiado se hace fundamental.

Dirigido a: Todos los socios interesados en la técnica de manejo de cuerdas en altura.

Requisitos: tener experiencia previa en la práctica del rápel.

Nº de plazas: 30 (14 correspondientes a Portugal, 3 a Andalucía, 13 a Madrid). Si una sección no llena sus plazas, éstas pasaran a los reservas de otras secciones.

Material a aportar por el participante: Casco, arnés, línea de vida, descendedor (los que se tengan: ocho, piranha, hidrobot, stop, ect.), arnés de pecho, 4 mosquetones de seguridad varios, bloqueadores si se tienen, mochila (de barrancos preferiblemente).

CONTENIDO

I. Identificación, terminología y utilización más adecuada del equipo según la actividad.

II. Nudos.

III. Anclajes.

IV. Colocación e instalación del rápel en las reuniones.

V. Manejo de los distintos descensores (Ocho, Piraña, Stop, Simple, Rack e Hidrobot)

VI. Rápel con sistemas de fortuna.

VII. Técnica de descenso por cuerda con paso de nudos utilizando bloqueadores y fortuna.

VIII. Rápel por cuerda tensa.

IX. Autoaseguramiento del rápel con bloqueadores automáticos.

X. Autoaseguramiento del rápel con sistemas de fortuna.

XI. Montaje de rápel embragable.

XII. Sistemas antirroce.

XIII. Aseguramiento al rapelador desde arriba y desde abajo.

XIV. Rápel con paso de fraccionamientos.

XV. Rápel horizontal.

XVI. Rápel guiado.

XVII. Maniobras especiales (rápel con tres cuerdas cortas y rápel con Dyneema o coordino estático)

XVIII. Riesgos y peligros en las maniobras.

XIX. Análisis de accidentes durante las maniobras de descenso.

HORARIOS

Viernes 21

Recepción de participantes antes de las 21.30 horas, cena y presentación de la jornadas.

Sábado 22

A las 8:00 desayuno

De 9 a 11 Teoría

De 11.30 a 14.30 Prácticas

De 14.30 a 17 Tiempo libre para comer

De 17.00 a 21.30 Practicas

De 21.30 a 22.30 Cena

Domingo 23

A las 8 Desayuno

De 9 a 10 desalojo de las habitaciones

De 10.30 a 15 prácticas

A las 15:00 Finalización de las jornadas

LUGAR

Las clases teóricas (Módulos I,II,III,) se impartirán en la sala de conferencias del albergue u hotel donde nos alojemos, sito en **Plasencia**

El modulo XVI Y XVII se impartirán en teoría o en las practicas según tiempo.

Las clases prácticas se realizan en el espeleo – rocódromo de Plasencia, o bien en la escuela de escalada de Valcorchero, sita también en Plasencia

PROFESORADO

Las prácticas serán impartidas por técnicos deportivos especializados en barrancos o roca, apoyados por deportitas con alto nivel técnico que forman parte del club.