

# **TALLER DE TÉCNICAS DE RAPEL**

## **DESCENSO POR CUERDA**

### **12 horas**



**23 y 24 de marzo de 2019**  
**- Rocódromo Cagigal -**

## FECHAS

- 23 y 24 de marzo de 2019.

## LUGAR DE REALIZACIÓN

- Rocódromo José M<sup>a</sup> Cagigal. Murcia.

## CONTENIDOS

- Reconocer una instalación de rapel y como reforzarla.
- Nudos de unión de cuerdas. Paso de cuerdas.
- Rapel auto asegurado y encadenamiento de rapeles.
- Rapel auto asegurado de fortuna, sin elementos mecánicos.
- Descenso por cuerdas con tensión.
- Descender al compañero desde la instalación del rapel.
- Rapel con fraccionamientos.
- Rapel por cuerda fija y unida a otra con paso de nudo.
- Rapeles volados. Guiados. Con mal tiempo.
- Rapelar en situaciones de emergencia. Con una cuerda dañada o las dos. Con una sola cuerda. Con dos cuerdas unidas haciendo el paso de nudo.

## OBJETIVOS

- Aprender a reconocer una instalación de rapel y a reforzarla.
- Aprender las técnicas de rapel con seguridad y en cualquier circunstancia.
- Realizar rapeles de fortuna y de emergencia.

## DESARROLLO/CALENDARIO DEL CURSO

- **Dos sábados:** 9:10 – 15:10 horas. Prácticas y teoría en el rocódromo “José M<sup>a</sup> Cagigal”.

## CUOTA/RATIO/PROFESORADO

- Cuota del curso por alumno: 60 euros para personas federados y 70€ no federados.
- Ratio Profesor/alumno: un instructor cada 4 alumnos.
- Profesorado: Instructores de Escalada o Alpinismo titulados EMA/FMRM.

## INCLUYE

- Prácticas con Instructores de Escalada o Alpinismo titulados EMA/FMRM.
- Todo el Material necesario para el desarrollo de la actividad: cuerdas, material de escalada en pared, cascos, arneses y pies de gatos.

## CONCEPTOS / GASTOS NO INCLUIDOS

- Desplazamientos a los lugares de prácticas.

## EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO

- Ropa deportiva cómoda para escalar.

## EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO

- Si se dispone, llevar también como equipo personal: pies de gato, arnés, casco. Y frenos como “Gri-gri”, cestas, ochos y mosquetones de seguridad. En caso de carecer de este equipo personal será aportado por la FMRM para los alumnos del curso.

## INSCRIPCIÓN Y REQUISITOS DE ADMISIÓN

- Es necesario estar federado en la Federación de Montañismo de la Región de Murcia (FMRM), en la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), o en cualquier Federación con la que exista convenio, siempre y cuando el seguro unido a la tarjeta cubra la modalidad deportiva del curso y su localización geográfica, o bien, cuando la convocatoria lo autorice, suscribir seguro de día que cubra la actividad ofertada por la misma. Si el seguro de día no es el gestionado por la FMRM, deberá presentar copia de la póliza contratada.
- Realizar la matrícula y el abono de las cuotas del curso a través de la Intranet FMRM en <http://www.fmrn.net/intranet>.
- La fecha de inscripción finaliza dos días antes del inicio del curso.
- El alumno debe tener el estado de salud y la forma física adecuada que permita poder desarrollar con normalidad la actividad física convocada.

## OBSERVACIONES GENERALES

- La EMA podrá suspender el curso si no se cubre el número mínimo de plazas establecidas.
- La EMA podrá suspender/aplazar el curso, si las condiciones meteorológicas 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 de los padres o tutor legal.

- Se devuelve el 100% de lo abonado en caso de no asistencia por enfermedad debidamente justificada.
- La asistencia al curso y desarrollo de las actividades programadas da derecho a la obtención de certificado EMA/FMRM que acredita la formación recibida.

## **MÁS INFORMACIÓN**

### **Federación de Montañismo de la Región de Murcia.**

Horario: de lunes a jueves de 19:00 a 21:00 y los viernes de 11:00 a 13:00 horas.

Calle Francisco Martínez García, 4 bajo – 30003 Murcia.

[fmr@fmr.net](mailto:fmr@fmr.net) - Tlf 968 340 270.