

# CURSO DE INICIACIÓN A LAS VÍAS FERRATAS

20 horas



8, 9 y 10 de Mayo de 2015

## FECHAS

8, 9 y 10 de Mayo de 2015

## LUGARES DE REALIZACIÓN

- **Teoría:** Local del Club Montañero de Murcia
- **Prácticas:** Vías Ferratas de Lugar y Castillo de Salvatierra.

## DESCRIPCIÓN/DURACIÓN DEL CURSO

Curso de 20 horas destinado a todos aquellos que queráis conocer a fondo este deporte para practicarlo con seguridad: los materiales, las técnicas de progresión y rápel, de instalaciones y la prevención de riesgos en vías ferratas.

## OBJETIVOS

- Aprender el uso del material y las técnicas de progresión por vías ferratas.
- Conocer las técnicas básicas de aseguramiento en vías ferratas.
- Aprender el montaje de cabeceras de rapel y la realización de rápeles autoasegurados.
- Prevenir los riesgos en las Vías Ferratas.

## CONTENIDOS

- Características de una vía ferrata. Graduación de la dificultad.
- Equipo técnico de seguridad y equipamiento personal.
- La progresión vertical en una vía ferrata.
- Progresión por Tirolinas y Puentes.
- Evaluación de la seguridad de la instalación de una vía ferrata. Factor de caída.
- Peligros: caídas de piedras y alcance por rayos.
- Señales de emergencia en montaña. Importancia del teléfono móvil.
- Aseguramiento básico de pasos complicados en vías ferratas.
- Montaje de cabeceras básicas de Rapel.
- Rapel autoasegurado.

## DESARROLLO/CALENDARIO DEL CURSO

Se realizará una clase teórica el viernes 8 de mayo de 17:00 a 21:00h donde se verán todos los aspectos teóricos de la formación. Tendrá lugar en el local social del Club Montañero de Murcia (avda. San Juan de la Cruz, 27 - edificio Colon I, barrio Infante Juan Manuel de Murcia, frente a puerta de entrada del Parque de Bomberos).

Las clases prácticas se realizarán el sábado 9 en las Vías Ferratas del Castillo de Salvatierra y Sierra de la Villa (Villena, Alicante) y el domingo 10 en la Vía Ferrata de Lúgar (Fortuna), desde las 09:30h hasta las 17:30h, en las que se progresará por ambas

vías ferratas aplicando los conocimientos adquiridos y practicando las técnicas vistas en teoría.

### **CUOTA/RATIO/PROFESORADO**

- Cuota del curso por alumno: 65 euros para federados. No federados 75 euros.
- Ratio Profesor/Alumno: 1 a 4
- Profesorado: Instructores de Vías Ferratas E.M.A./F.M.R.M.
- Mínimo de 6 alumnos y máximo de 16.

### **INCLUYE**

- Prácticas con Instructores de Vías Ferratas E.M.A./F.M.R.M.
- Todo el material necesario para el desarrollo de la actividad: cuerdas, material de escalada, cascos, arneses y disipadores de vía ferrata.

### **CONCEPTOS / GASTOS NO INCLUIDOS**

- Desplazamientos a los lugares de prácticas.

### **EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO**

- Ropa deportiva para progresar por vías ferratas adecuada a la época del año.
- Botas de Montaña.
- Guantes.
- Almuerzo, comida y agua.
- Mochila. Se recomienda poca/media capacidad ataque (40 litros aprox.)

### **EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO**

Si se dispone, llevar también como equipo personal:

- Arnés de escalada y casco.
- Disipador de energía homologado.
- Asegurador tipo Grigri
- Bloqueador tipo Pato (no dentado).
- Asegurador/rapelador tipo Reverso.

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 (F.M.R.M.), en la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (F.E.D.M.E.), 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.fmrmm.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 E.M.A. podrá suspender el curso si no se cubre el número mínimo de plazas establecidas.
- La E.M.A. 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 E.M.A./F.M.R.M. 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.

Calle Francisco Martínez García, 4 bajo – 30003 Murcia.

[fmrmm@fmrmm.net](mailto:fmrmm@fmrmm.net) - Tlf 968 340 270 - Fax 968255372