Federación de Montañismo Región de Murcia

escuela murciana de actividades de montaña

CURSO DE AUTOSOCORRO EN PARED

MANIOBRAS Y TÉCNICAS PARA AUTORRESCATE EN ESCALADA

22 horas

CÓDIGO: ME01-2016-04

Federación de Montañismo Región de Murcia

escuela murciana de actividades de montaña

FECHAS

- 16, 17 y 18 de diciembre de 2016.

OBJETIVOS

- Ejecución de las maniobras básicas de autosocorro en escalada.
- Conocer la técnica básica de acceso al herido y descenso del mismo.

CONTENIDOS

- Material.
- Nudos.
- Progresión y descenso por cuerdas.
- Ascender y descender al herido.
- Recursos para resolver situaciones delicadas.
- Transferencias de cargas y paso de nudos.
- Protocolo de actuación en accidente y evacuación del herido.

DESARROLLO/CALENDARIO DEL CURSO

- Viernes: 17:00 – 21:00h. Teoría. Rocódromo Cagigal.
- Sábado: 8:30 – 17:30h. Prácticas. Rocódromo Cagigal.
- Domingo: 8:30 – 17:30h. Prácticas. En la montaña.

CUOTA/RATIO/PROFESORADO

- Cuota del curso por alumno: 60 euros federados (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, etc.

CONCEPTOS / GASTOS NO INCLUÍDOS

- Desplazamientos a los lugares de prácticas.

EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO

- Ropa deportiva para escalar adecuada a la época del año.
- Comida y Agua.
- Mochila. Se recomienda poca/media capacidad ataque (40 litros aprox.).
- Botas de “trekking” o deportivos para la aproximación a las paredes.
- Pies de gato, arnés, casco.

Federación de Montañismo Región de Murcia

escuela murciana de actividades de montaña

EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO

- Si se dispone, llevar también como equipo personal:
  - 1 microbloqueador: Tibloc o Ropeman.
  - 1 polea simple
  - 1 maillon
  - 4 mosquetones de seguridad (1 simétrico, 2 HMS, 1 de D)
  - 1 anillo de 120cm. de cinta cosida
  - 1 anillo de 60cm. de cinta cosida
  - 1 cordino para autobloqueante. (poliamida 7mm, kevlar 5mm y 1,20m)
  - 1 cordino de 7mm y 5m. de longitud de poliamida.
- En caso de carecer de este equipo personal será aportado por la FMRM para los alumnos del curso.

INSCRIPCIÓN Y REQUISITOS DE ADMISIÓN

- **Ser escalador en activo de deportiva, nivel mínimo V+/6º de primero.**
- Escalador de nivel mínimo V+/6º en deportiva
- 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.fmrm.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 a 21 horas y los viernes de 11 a 13h.
Calle Francisco Martínez García, 4 bajo – 30003 Murcia.
fmrm@fmrm.net - Tlf 968 340 270 - Fax 968255372