

ENTITATS DE LA REGIÓ V:

AGRUP. EXCTA. ALCANAR – ASS. ESP. CURSES PER MUNTANYA DE LES TERRES DE L'EBRE – ASS. EXCTA. AMPOSTA – CENTRE EXCTA. REFALGARÍ – CENTRE EXCTA. ULLDECONA – CLUB BTT MONTBIKE – CLUB CENTRE EXCTA. LA FORADADA – CLUB CENTRE EXCTA. MASDENVERGE – ROCA MILOCA EXCTA. – ASS. EXCTA. LO PASSADOR – CENTRE EXCTA. AZIMUT – CENTRE EXCTA. XERTA – CLUB D'ATLETISME TERRES DE L'EBRE – CLUB ESP. MONTASPRE – LA JOCA CLUB ALPÍ – TRAIL ROQUETES ASS. ESPORTIVA I CULTURAL – UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA TORTOSA – ASS. ESP. CARA NORD.



AUTORESCAT BÀSIC EN ESCALADA

Del 3 al 5 de maig

ORGANITZA:



UNIÓ EXCURSIONISTA DE
CATALUNYA TORTOSA

AMB EL SUPORT DE:



CURSOS PROMOCIÓ 2019

PRESENTACIÓ:

La pràctica de l'escalada comporta certs riscos que s'han d'assumir però que cal saber identificar i minimitzar. Tot i així, quan es presenta un incident és convenient tenir coneixements per resoldre la majoria de situacions.

OBJECTIUS:

Conèixer i practicar maniobres bàsiques d'autorescat per poder resoldre amb autonomia incidents lleus d'escalada, sempre que les condicions de l'entorn i de la situació ho permetin.

Dirigit a aquelles persones que, com a mínim, siguin autònomes en vies equipades de més d'un llarg (assolit el curs de nivell 2) o que tinguin un nivell equivalent.

CONTINGUTS

- Actuació davant d'un accident.
 - Material necessari.
 - Eines bàsiques i recursos genèrics (nusos, ternals,...).
 - Mètodes per abandonar la via amb seguretat.
 - Progressar per cordes.
 - Resolució d'incidents en un ràpel.
 - Resolució d'incidents que afecten al segon de cordada.
- * Es lliurarà un dossier amb tots els continguts del curs.

MATERIAL QUE CAL PORTAR:

El material habitual per a vies de varis llargs: corda 1/2, aparell de fre/assegurador, ...
Pel que fa a mosquetons de seguretat, bagues i cordinos, calen de tot tipus, longituds i en quantitat.

NORMES DEL CURS:

- Places: mínim 6 alumnes i màxim 12 alumnes. Els inscrits han de ser múltiples de 6, si s'ha arribat a 6 alumnes, s'han d'apuntar en llista d'espera fins arribar a 12 alumnes.
- La direcció del curs podrà modificar el programa previst si les condicions meteorològiques ho aconsellen.
- L'equip docent es reserva el dret d'excloure del curs qualsevol alumne que demostrï desinterès, manca de capacitat, o incompliment de les normes.
- El participant assumeix els possibles riscos que comporta l'escalada i es compromet a seguir les instruccions que en cada moment se li doni per part del professorat.
- Els viatges i els àpats aniran per compte de l'alumne.

INSTRUCTOR/ALUMNE: La ràtio és d' 1:6.

UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA TORTOSA

C/ Llarg de Sant Vicent, 10 – 43500 Tortosa

Tel.: 977443271

www.uctortosa.cat // formacio@uctortosa.cat

PROGRAMA

MAIG

Dia 3 Presentació. Sessió teòrica a la seu social de l'entitat.

Dia 4 Sortida pràctica: al Rocòdrom de Tortosa.

Dia 5 Sortida pràctica: als estrets d'Arnes.

La sessió teòrica tindrà lloc al local de l'entitat de 20h a 22h.

DIRECCIÓ DEL CURS: Francesc Guivernau

Tots els instructors tenen la titulació de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya – ECAM.

INSCRIPCIONS: Fins el dia 1 de maig de 2019.

Per correu a: formacio@uctortosa.cat

Disposar de carnet federatiu de la FEEC-2019, mod. C o superior.

Omplir el full d'inscripció i el TEST 1.

Edat mínima 18 anys.

DRETS D'INSCRIPCIÓ: Subvencionat per la FEEC.

70 € per alumne amb llicència federativa anual adient de la FEEC.

80 € per alumne sense llicència federativa anual de la FEEC (a aquest preu s'haurà d'afegir el cost de la llicència temporal).

Les dones amb llicència federativa anual de la FEEC podran demanar la subvenció "Dona i Esport" i se'ls hi retornarà aproximadament el 20% de la inscripció.