



## Curso de descenso de Barrancos nivel I.

### Descripción curso

*El descenso de barrancos es un deporte activo que nos permite descubrir los lugares más recónditos de nuestra geografía. Nos introduciremos en el caudal de un río donde nos encontraremos con toboganes, saltos, rápeles, cascadas .....*  
*[No es necesario ningún tipo de experiencia]*



### Objetivos específicos

1. Ser capaces de descender barrancos de nivel I y II con total autonomía y seguridad.
2. Dominar las técnicas básicas de progresión, aguas vivas y manejo de cuerdas.

### Contenidos

1. Introducción
  - ¿Qué es el descenso de barrancos?
  - Graduación de los barrancos.
2. Lectura de un croquis y reseñas
2. Material y equipo específico
  - Cuerda, casco.
  - Arnes y cabo de anclaje.
  - Ocho y Mosquetones
  - Neopreno, saca, bidón estanco, Botas...
3. Progresión en el descenso de barrancos
  - Comunicación
  - Métodos de progresión.
  - Saltos , trepe , destrepe, oposición, buceo , paso de sifones.
  - Logística de un descenso de barrancos.
4. Nudos y maniobras con cuerdas
  - Cabuyería.
  - Mecánica del rapel.
  - Uso y manejo ocho.
  - Rapel de fortuna como consecuencia de la pérdida del ocho.
  - Sistemas de colocación de cuerdas.



## 5. Introducción a las Aguas Vivas

- Definición
- Lectura del Agua. Rebufos, remolinos, olas, corriente y contracorriente...



### Cronograma Curso :

DÍA	HORARIO	DESGLOSE CONTENIDOS	LUGAR
Día 1	Tarde: 17h a 21h	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prácticas en Pared o Barranco Seco.</li></ul>	Madrid ó Cuenca
Día 2 y 3	09.00h a 18.00h	<ul style="list-style-type: none"><li>• Realización de 2 descensos de barrancos.</li></ul>	Madrid ó Cuenca

\* Puede haber alguna variación en los horarios.

### Precio

- Precio grupo de 2-3: 165€
- Precio grupo de 4-5: 135€

### Incluye:

- Profesorado titulado (Guía de Barrancos miembro de la AEGM).
- Seguro de Accidentes. (todos los participantes están asegurados en la actividad con un seguro de accidentes)
- Material específico (arnes, neopreno, cuerdas, casco...)
- Documentación
- Máximo de alumnos por profesor los días de prácticas.



### Material Obligatorio que deben aportar los participantes

- Calzado con cordones.
- Bañador.
- Comida para los días de prácticas.

- ∴ *Este curso a petición de los participantes puede ser impartido íntegramente en Guara, en ese caso la manutención, transporte y alojamiento del profesor será costado por el grupo.*
- ∴ *El curso puede ser ampliado uno o dos días, solícitanos presupuesto.*
- ∴ *El temario indicado será ajustado a los conocimientos previos del grupo.*
- ∴ *El transporte, comida y alojamiento no está incluido en los precios del curso.*