



CURSO DE AUTORRESCATE EN PARED

VALLE DE TENA / VALLE DEL ARAGÓN
PIRINEO ARAGONÉS



¿Eres un escalador/a autónomo en vías de largos?

¿Conoces algunas maniobras de autorrescate pero hace mucho que no las prácticas o entrenas?

¿Tienes los conocimientos técnicos para solventar un incidente que pueda ocurrir durante la vía?

¿Planificas tu escalada teniendo en cuenta aspectos que te pueden ayudar a prevenir incidencias o ayudarte a solventarlas?

El curso de autorrescate en pared implica conocimiento técnico de maniobras, valoración de la situación y toma de decisiones para darte recursos y resolver los diferentes escenarios que se pueden dar en una pared.



¿QUÉ VAS A CONSEGUIR?

El objetivo del curso es que aprendas las maniobras para que en caso que tu compañero/a no pueda continuar escalando en cualquier punto de un largo puedas terminar junto a él en la reunión más cercana, cómoda y segura posible.

PROGRAMA

La duración del curso es de 4 días.

Puedes hacerlo en 4 días consecutivos o en 2+2. Esta opción de 2+2 te permite que puedas practicar y entrenar por tu cuenta las maniobras de los primeros días, que son las que usaremos en los simulacros completos de rescate, antes de afrontar los 2 últimos días.

DÍA 1

Maniobras auxiliares: maniobras aisladas que se van a usar en la resolución de los diferentes simulacros. Ascensos por cuerda, descenso por cuerda tensa, contrapesos, rápel con accidentados...

DÍA 2

Repasaremos y terminaremos con las maniobras auxiliares, estas maniobras son la clave para el éxito en las situaciones complejas de un rescate completo. Empezaremos también con escenarios de rescate de un IIº de cordada, donde aprenderemos cómo subirle a la reunión cuando no puede continuar ni colaborar.

DÍA 3

Repasaremos todo lo aprendido hasta ahora y seguiremos con las maniobras de rescate de un IIº, pero esta vez cuando queremos bajarle a la reunión de la que viene. También lo realizaremos en los diferentes escenarios de estar escalando con cuerda simple cuando la inactiva llega al compañero y también cuando no tenemos suficiente inactiva para llegar al compañero. Practicaremos también que hacer en el caso de ir con doble cuerda.

DÍA 4

Realizaremos un repaso y comenzaremos con las maniobras de rescate de un Iº de cordada tanto si va con doble cuerda como si va con cuerda simple, tanto en largos verticales como en situaciones más complejas de desplome o travesías horizontales.

Durante todo el curso se verá de manera transversal la planificación de la actividad para prevenir posibles incidentes o que sea más fácil de solucionarlos si suceden.



LOCALIZACIÓN



El curso se impartirá en Huesca, en el Valle de Tena o Valle del Aragón. Dependiendo de las condiciones meteorológicas hay posibilidad de cambiar de ubicación o incluso de realizar el curso indoor.

REQUISITOS

Para realizar este curso tienes que tener experiencia y ser autónomo en las vías de varios largos donde vas escalando largos de Iº y de IIº y por lo tanto:

- Sabes asegurar a un primero con cesta escalando con una cuerda o doble.
- Sabes configurar reuniones donde la instalación son dos parabolt.
 - Sabes asegurar a un segundo desde la reunión con la cesta configurada para bloquearse.
 - Dominas el rápel auto asegurado.

IMPARTIDO POR



Juan Carlos Jiménez (Curro)

Técnico Superior de Escalada
Técnico Deportivo de Alta Montaña

@cota3mil



INSCRIPCIONES

El número máximo de participantes será de 2 personas.

Precio: 675€ por persona.

INCLUYE:

4 días de formación técnica y práctica.

Profesor titulado Técnico Superior en Escalada y Guía de Alta Montaña.

Material técnico colectivo (cuerdas, cintas exprés...).

Seguros de R.C y accidentes.

NO INCLUYE:

Transporte y alojamiento.

Material técnico personal.

Entrada en rocódromos en caso de ser necesario.



WWW.COTA3MIL.COM