



## VII PRÁCTICAS DE RÁPEL

### 7 de octubre de 2018

### OBJETO DE LAS PRÁCTICAS

Al igual que las demás actividades de formación que organiza el Grupo de Montaña Pegaso, estas prácticas de rápel están enfocadas a aumentar la seguridad en montaña. Es decir, no vemos el rápel como una actividad en sí o la finalidad de una actividad del club, sino como una **técnica** usada en escalada, montañismo y alpinismo para superar un obstáculo o tramo delicado, sustituyendo una destrepada de alto riesgo por esta técnica que nos dará **seguridad** y **rapidez**. Por otro lado, el realizar esta técnica entraña sus propios riesgos por lo que requiere de conocimiento en su realización y experiencia, de lo contrario lo único que conseguiremos al decidir bajar ese tramo peligroso mediante un rápel es cambiar el peligro de sitio y sufrir igualmente un accidente.

Por esto, queremos realizar estas prácticas en un ambiente cómodo y seguro en el que poder tener claras la realización de nudos, utilización del distinto material existente y adquirir experiencia en la técnica del rápel y conocer sus riesgos.

Estas prácticas no sustituyen a los cursos de la FMM ni similares ya que **no** se consideran cursos de formación.

### PROGRAMA DE PRÁCTICAS A REALIZAR

- Tipos de cuerdas, cordinos y cintas.
  - Tipos de arneses, mosquetones y descensores.
  - Nudos (llano, alondra, ballestrinque, ocho simple y doble, pescador doble, dinámico y bloqueo, machard, prusik, bachman, vuelta de braza) y arneses de fortuna.
  - Cómo montar un rápel. Qué anclajes naturales (rocas, árboles, ...) son seguros para montar un rápel y cómo hacerlo.
  - Técnicas de rápel: pasivo, activo, con autoseguro. Bloqueos y bloqueos accidentales. Técnicas de fortuna (no prácticas).
- 
- LUGAR: 8:30 h. Punto de reunión en el aparcamiento del Collado de Quebrantaherraduras en La Pedriza de Manzanares. (Ver mapa y track para llegar)
  - Prácticas a partir de las 9:00 en el Cerro de la Camorza en La Pedriza de Manzanares



## MATERIAL NECESARIO PARA LAS PRÁCTICAS

- Arnés
- Casco
- 2 mosquetones con seguro
- Descensor
- Cabo de anclaje
- 1 m de cordinos de 5, 6 y 7 mm
- Cuerdas de mínimo 30 m (comunes para cada grupo)

## TRANSPORTE

En vehículo particular. El coordinador de la salida recogerá información sobre disponibilidad de vehículos y facilitará dicha información a los inscritos que quieran compartir los vehículos para que ellos mismos se pongan en contacto.

\* Las normas de utilización de vehículos particulares son las establecidas en el apartado 6 de las "NORMAS DE PARTICIPACIÓN EN LAS ACTIVIDADES DEL GRUPO DE MONTAÑA PEGASO"

[http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo\\_de\\_participacion.pdf](http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf)

## PRECIO

Federados (excluida modalidad A): **10 €**

Otro: **13 €** (incluye seguro)

## INSCRIPCIONES

A través de la web del club en [www.montanapegaso.com](http://www.montanapegaso.com). A partir del 26 de septiembre de 2018.

## CONSULTAS

- Por correo electrónico: [formacion@montanapegaso.com](mailto:formacion@montanapegaso.com) (Fernando Serrano)

- En el foro de la WEB del club

## ANULACIONES

Con la finalidad de garantizar el compromiso, seriedad y responsabilidad por parte de los participantes a la hora de la reserva de las plazas, **la penalización por baja será la establecida en las Normas de Participación de las Actividades.**

<http://www.montanapegaso.es/club/protocolo-participacion-en-actividades>



## MÁS INFORMACIÓN

- Cada participante será responsable de su seguridad, no realizando ninguna operación sin que ésta sea supervisada por una persona con mayor experiencia. En general las responsabilidades por parte del participante y del Grupo de Montaña Pegaso son las especificadas en las Normas de Participación de las Actividades.

<http://www.montanapegaso.es/club/protocolo-participacion-en-actividades>

- Cualquier información de última hora se publicará en la página web del Club y se enviará por correo electrónico a los inscritos.

- Las plazas están limitadas a 5 participantes por grupo. Habrá tantos grupos como cuerdas montadas con dos asistentes en cada una que supervisen la actividad. El máximo será de 3 grupos, por lo tanto de 15 participantes.

- Los colaboradores, miembros de la Junta Directiva y, en general, aquellas personas que colaboran con el funcionamiento del club, tendrán preferencia a la hora de inscribirse durante la primera semana del apunte.