



II PRÁCTICAS DE RAPPEL

5 de Octubre de 2013

OBJETO DE LAS PRÁCTICAS

Al igual que las demás actividades de formación que organiza el Grupo de Montaña Pegaso, estas prácticas de rapel están enfocadas a aumentar la seguridad en montaña. Es decir, no vemos el rapel 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 dara **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 rapel 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 rapel 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.
- Técnicas de rapel: pasivo, activo, con autoseguro. Bloqueos y bloqueos accidentales. Técnica de autorescate. Técnicas de fortuna (no prácticas).

LUGAR: Rocodromo o similar por determinar

HORARIO: Toda la mañana a partir de las 9:00.



MATERIAL NECESARIO PARA LAS PRÁCTICAS

- Arnés
- Casco
- 2 mosquetones con seguro
- Descensor
- 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

PRECIO

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

Otro: **12,5 €** (incluye seguro)

INSCRIPCIONES

Por correo electrónico: formacion.gmpegaso@yahoo.com

La reserva de plaza es orientativa y no será confirmada hasta que el coordinador no se ponga en contacto contigo.

Para la selección de los participantes se tendrá en cuenta el tener 10 participaciones o más en actividades del club durante los años 2011 y 2012. En caso de empate se valorará la participación en actividades con valoración más alta en el apartado **Desplazamiento** del método de valoración de marchas **M.I.D.E.** y en especial en los casos en que se haga mención explícita en **Rápel** en el apartado de **Dificultades Técnicas Específicas** de dicho método.

CONSULTAS

- Por correo electrónico: formacion.gmpegaso@yahoo.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 producida a menos de 72h del inicio de la actividad o por falta de asistencia injustificada será de 30 €.**

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.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf

- 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 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.