

CONTENIDOS CURSO TECNICAS BASICAS.

1. EQUIPO Y MATERIAL.

2. NUDOS.

- **NUDOS DE CARGA;** (GAZA, OCHO, NUEVE, BALLESTRINQUE).
- **NUDOS MOBILES;** (DINAMICO, FUGA).
- **NUDOS AUTOBLOCANTES;** (MACHARD, VALDOTAIN DE CINTA).
- **NUDOS DE UNION;** (NUDO DE CINTA, OCHO, COLA DE BACA).

3. TECNICAS DE PROGRESION EN CUERDA. EL RAPEL.

- **NORMAS SEGURIDAD CABECERA.**
- **COMO INSTALAR EL DESCENDEDOR.**
TECNICA IMPERDIBLE.
CUERDA SIMPLE O DOBLE.
SISTEMA CLASICO O RAPIDO.
VERTAKO
MOSQUETON FRENO AUXILIAR.
- **NUDO DE BLOQUEO- LLAVE DE SEGURIDAD.**
- **SISTEMAS DESCENSO CON NUDO AUTOBLOQUEANTE.**
DESCENDEDOR + FRENO.

4. TECNICAS DE INSTALACION.

- CUERDA DOBLE ----- RAPEL CLASICO.
- CUERDA SIMPLE ----- SISTEMA CORDELETE.
- RAPEL DESEMBRAGABLE --- SITEMA 8 EN RETENCION.
--- DINAMICO.
- FRACCIONAMIENTOS - - - - RAPELES ENCADENADOS.
- RAPEL EN FIJO.
- SEGURIDAD; CUERDA JUSTA, GESTION ROZES,...

5. TECNICAS DE AUTOSOCORRO Y FORTUNA.

- RAPEL CON DINAMICO.
- PASO DE NUDO.
- CORTE DE CUERDA.
- ASEGURAR Y DESCOLGAR A UN COMPAÑER @.

6. TECNICAS DE PROGRESION ACUATICA Y HORIZONTAL.

- NATACION
- SALTO
- TOBOGAN
- DESTREPE
- OPOSICION.

7. GESTION DE ACTIVIDADES.

- INTERPRETACION MAPA.
- INTERPRETACION CROQUIS TOPOGRAFIA.
- EL BIDON ESTANCO.
- LA CUERDA DE SOCORRO.
- BOTIQUIN- PUNTO CALIENTE.