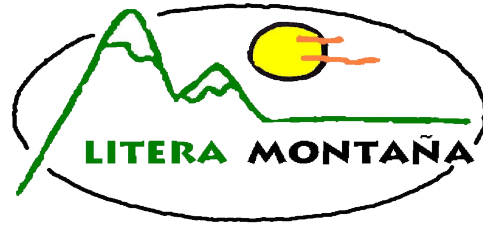


Curso de autorrescate 2011

Asunto.-

Guión Autorrescate



Día (05.11.11) (Alquezar).

- Bienvenida al curso.
- Presentación del curso. (Monitores).
- Presentación de objetivos del curso.
 - Ser capaz de rescatar a nosotros y a nuestro compañero de cordada.

Taller 1 (Bloqueo de reverso).

- Realizar la maniobra de bloqueo de reverso con seguridad.
(Sin reenvío al mosquetón y con reenvío).

Taller 2 (Ascenso por cuerda fija, nudo remi + machard bidireccional).

- Ascender por una cuerda fija y a mitad de cuerda invertir el proceso y descender rapelando.

Taller 3 (Rapelar con nudo dinámico autoasegurado).

- Descender en rapel por cuerda fija.

Taller 4 (Rapelar con nudo dinámico con nudo en la cuerda).

- Descender en rapel por cuerda fija con un nudo de cola de vaca en mitad de la cuerda simulando la unión de dos cuerdas del mismo diámetro.

Taller 5 (Rapel guiado con nudo pasabloc).

- Realizar un rapel guiado con nudo pasabloc descendiendo nosotros y descendiendo a nuestro compañero herido.

Taller 6 (Rapelar con nuestro compañero a la espalda y en nuestras rodillas).

- Realizar un rapel con nuestro compañero herido llevándolo en la espalda y en nuestras rodillas.

Taller 7 (Buscar a nuestro compañero que no puede ascender el largo).

- Buscar a nuestro compañero que no puede ascender el largo y bajarlo a la reunión inferior.

Día (06.11.11) (Alquezar).

Taller 8 (Izar a nuestro compañero a la reunión por contrapeso).

- Izar a nuestro compañero de cordada a la reunión por medio de contrapeso o por polipasto simple, marinener o doble..

Taller 9 (Descender por la cuerda tensa y rescatar a nuestro compañero).

- Ser capaz de descender por la cuerda tensa de nuestro compañero y rescatarlo bajándolo a la reunión correspondiente, por medio de dos machard bidireccionales.

Taller 10 (Escalada en solitario).

- Ser capaz de ascender un largo fácil en solitario para pedir ayuda.

Taller 11 (pasar nudos por cintas express).

-Ser capaces de pasar un nudo por las cintas express.

Taller 12 (Dudas preguntas y curiosidades).

-Tiempo para expresar dudas y curiosidades de las diferentes maniobras. (machard autodesmontable).

Taller 13 (Asegurar con nudo dinámico autobloqueante).

-Realizar un nudo dinámico con nudo machard bidireccional a la cuerda del compañero de cordada.

Taller 14 (Asegurar con machar bidireccinal).

-Metodo de fortuna para que asegure una persona con pocos conocimientos.

Material básico para realizar maniobras de autorrescate.

Material por persona.

1 Cinta plana tubular cosida de 1,10 m.

1 Cinta plana tubular cosida de 2,10 m.

1 Cinta plana tubular cosida de 2,40 m.

2 Cordinos de 7 mm de diámetro alrededor de 1,50 m.

1 Cordino de 6 mm de diametro de Kevlar de 1,50 m.

Entre 6 u 8 mosquetones de seguridad (HMS y de tipo D).

Cintas express o mosquetones sin seguro.