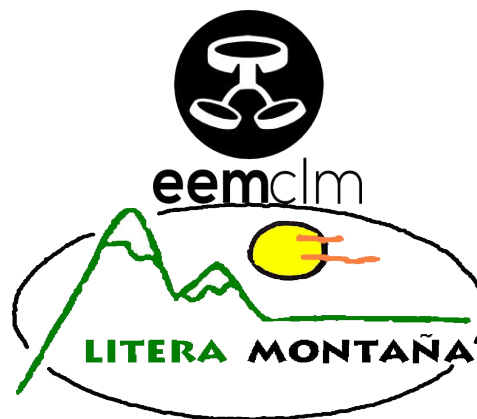


Curso de autorrescate 2017

Asunto.-

## Guión Autorrescate



### **Día (10.11.17) (Rocodromo de Binéfar).**

- 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 0 (Nudos).**

1. Cola de vaca
2. Machard bidireccional y unidireccional,
3. dinámico
4. remi
5. pasabloc
6. machard autodesmontable.

### **Día (11.11.17) (Alquizar ERA).**

#### **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 (Descender con reverso con un nudo en la cuerda).**

- Descender en rapel y debemos pasar un nudo en la cuerda.

#### **Taller 6 (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 (Bajar a nuestro compañero que no puede ascender el largo).**

- Desbloqueo del reverso para bajar a nuestro compañero que no puede ascender el largo y bajarlo a la reunión inferior.

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

- Izar a nuestro compañero de cordada a la reunión por medio de un polipasto.
  - Polipasto simple N o 3:1
  - Polipasto doble con cuerda auxiliar. (remi)

**Taller 9 (Izar a nuestro compañero a la reunión por contrapeso).**

- Izar a nuestro compañero de cordada a la reunión por medio de contrapeso.

**Taller 10 (Revertir el descenso en rapel con reverso).**

- Reinvertir el descenso con reverso.

**Día (12.11.17) (Alquezar ERA).**

**Taller 11 (Descender por la cuerda tensa y rescatar a nuestro compañero que está realizando un rapel).**

- 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 12 (Ascenso por cuerda en desplomes cuando se va de segundo de cordada.).**

- Ser capaz de ascender cuando nos encontramos un desplome cuando vamos de segundo.

**Taller 13 (Escalada en solitario).**

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

**Taller 14 (Asegurar con nudo dinámico autobloqueante).**

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

**Taller 15 (Asegurar con machar bidireccinal).**

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

**Taller 15 (Dudas preguntas y curiosidades).**

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

**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 diámetro de Kevlar de 1,50 m.

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

Cintas express o mosquetones sin seguro.