

MONOGRÀFIC DE RÀPELS EN BARRANC

INTRODUCCIÓ:

L'objectiu de la formació és aprofundir en tot el que envolta als ràpels "standard" en barrancs, centrant-nos en la instal·lació, gestió i descens d'un ràpel.

Va dirigit a totes les persones que volen aprendre a muntar un ràpel o no se senten prou còmodes amb la gestió de la corda. En funció de les capacitats i coneixements previs dels alumnes es podrà aprofundir o ampliar els continguts del curs.

Continguts:

- Familiarització amb el material de barrancs, centrant-nos en les cordes
- Protocol d'accés a les capçaleres
- Tècniques de ràpel i bloqueig del descensor
- Instal·lació de ràpels fixes i desembragables, en simple i doble
- Gestió d'un ràpel desembragable
- Ràpels de fortuna

LLOC DEL CURS:

Vall de Ribes: Freser inferior o Núria inferior (Queralbs) i Torrent de la Corba (Bruguera).

PLANIFICACIÓ:

Horari	Activitat	Observacions
9:00 – 9:15	Trobada al local OXINEU de Ribes de Freser	
9:15 – 10:00	Desplaçament amb cotxe	Ribes - Bruguera
10:00 – 14:00	Descens del barranc	Activitat
14:00 – 15:15	Retorn al cotxe	
15:15 – 16:00	Repàs del conceptes apresos	Feed-back

MATERIAL NECESSARI:

Calçat de canya alta, roba còmode per l'activitat, roba de recanvi, aigua i menjar.

RÀTIO MÀXIMA: 1/5