



escuela murciana de actividades de montaña

# CURSO MONOGRÁFICO DE AGUAS VIVAS EN BARRANCOS

## 25 horas



5, 6 Y 7 DE JULIO DE 2024

DIRIGIDO POR NACHO MARTINEZ E IMPARTIDO POR TÉCNICOS DE LA EME Y EMA

MB04-2024-01

Precio	Incluye	Información e inscripciones
110 €/ Federados 125 €/ No Federados	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguro no federados</li> <li>• Material colectivo</li> <li>• Técnicos deportivos</li> <li>• Diploma del curso</li> </ul>	<a href="https://www.espeleomurcia.es/escuela/cursos-eme">https://www.espeleomurcia.es/escuela/cursos-eme</a> 



escuela murciana de actividades de montaña

Federación de Montañismo Región de Murcia

## 5, 6 Y 7 de julio de 2024



## PRESENTACIÓN

El Curso monográfico de aguas vivas para el Descenso de Cañones y Barrancos es un curso técnico dirigido a todos aquellos deportistas que, habiendo superado, como mínimo, un Curso de Iniciación en Descenso de Barrancos o teniendo un nivel acorde a este, deseen mejorar y ampliar conocimientos específicos de aguas vivas, adquiriendo además una plena autonomía en sus actividades.

El curso tiene como objetivo proporcionar habilidades básicas para progresar por barrancos acuáticos minimizando y gestionando, todo lo posible, los peligros que se puedan afrontar en este tipo de progresiones, así como conocer y profundizar en los diferentes métodos para resolver o anticiparse a cualquier incidente que pueda producirse durante la progresión por cualquier integrante del equipo.

La formación también se centrará en la asistencia y/o rescate de personas que se encuentran en situación de peligro o con necesidad de ser ayudados por otros miembros del grupo, en ambientes acuáticos.

## OBJETIVOS

- Conocer las premisas de seguridad para afrontar las aguas vivas.
- Introducir al deportista el concepto de aguas vivas, su tipología, riesgos asociados para el barranquista y cuál es la preparación mínima para afrontar estas situaciones.
- Introducir los tipos de agua que podemos encontrar en la práctica de barranquismo.
- Aprender a interpretar los diferentes flujos hidráulicos. Conocer los distintos movimientos de agua, los peligros que esconden y las técnicas para poder utilizarlos o evitarlos.
- Conocer la capacidad personal de apnea y mostrar técnicas para trabajarla, así como mejorar el control mental en diferentes situaciones bajo el agua.
- Saber apreciar y evaluar los caudales de agua y sus posibles variaciones.
- Saber interpretar las reseñas de barrancos de aguas vivas para promover la prevención y optimizar el material a llevar al barranco.
- Saber interpretar el parte meteorológico de la zona donde se va a realizar la actividad y ser capaz de hacer un seguimiento los días previos.
- Conocer la composición del equipo necesario para poder acometer con seguridad una progresión acuática por aguas vivas.
- Conocer las diferentes fuentes de información y datos disponibles de los caudales, así como saber interpretar la meteorología en función de la capacidad de carga en las cuencas de recepción.



- Conocer u usar el material técnico necesario para abordar los diferentes contenidos del curso, las nuevas tendencias y los más apropiados para cada técnica.
- Conocer los materiales necesarios para poder llevar a cabo un rescate en aguas vivas.
- Explicar la necesidad de la organización del equipo humano, así como identificar los diferentes roles necesarios y su nivel de capacitación.
- Recordar los códigos de comunicación y señales más comunes en la práctica de barranquismo.
- Recordar las técnicas acuáticas de progresión sin cuerda y su adecuada realización.
- Conocer las ventajas, inconvenientes y riesgos de cada tipo de instalación, para utilizar la más adecuada para la progresión en aguas vivas.
- Introducir técnicas específicas con cuerda para salvar movimientos peligrosos de aguas vivas, aportando la mayor seguridad posible durante el descenso.
- Disponer de conocimientos, habilidades y técnicas especiales para evaluar, anticiparse y tomar decisiones adecuada en los barrancos de aguas bravas.
- Conocer los materiales necesarios para poder llevar a cabo un rescate en aguas vivas.
- Conocer técnicas concretas para la exploración de aguas vivas en barrancos.
- Saber realizar el rescate de otro deportista mediante material específico de aguas vivas y sin él.
- Conocer y saber aplicar las técnicas de salvamento acuático básicas para solventar posibles incidencias en el transcurso del descenso por barrancos.
- Conocer las técnicas para el rescate de otro deportista en aguas vivas sin material de apoyo.
- Mostrar la importancia de la navaja en el entorno de aguas vivas
- Dominar la estrategia de exploración y los planes de escape, al igual que saber interpretar la lectura de las aguas de un barranco o río para poder llevar a cabo una progresión acuática con seguridad.
- Explicar la necesidad de la organización del equipo humano, así como identificar los diferentes roles necesarios y su nivel de capacitación.
- Conocer técnicas avanzadas en instalación de cabeceras para que la progresión vertical se haga con la mayor seguridad y adecuación en el caso de aguas vivas.



## CONTENIDOS

CURSO DE PERFECCIONAMIENTO EN BARRANCOS				
Nº	ÁREAS	Teoría	Práctica	Total
I.	ORGANIZACIÓN E HISTORIA DEL DESCENSO DE CAÑONES Y BARRANCOS	0:30		0:30
II.	INTRODUCCIÓN A LAS AGUAS VIVAS	0:30	2:00	2:30
III.	PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD	1:00	1:00	2:00
IV.	GESTIÓN DEL RIESGO EN AGUAS VIVAS	1:00	2:00	3:00
V.	TÉCNICAS DE PROGRESIÓN EN AGUAS VIVAS	1:00	10:00	11:00
VI.	RESCATE	1:00	5:00	6:00
<b>TOTAL</b>		5:00	20:00	25:00

## LUGARES Y FECHAS:

- **Viernes 5/07/2024 (16:00 – 21:00)** → Aula de formación de la CASA FORESTAL DE LA FERM.
- **Sábado 6/07/2024 (8:00 – 21:00)** → Escuela de Piragüismo de Calasparra
- **Domingo 7/07/2024 (8:00 – 20:00)** → Barranco acuático fuera de la región. Al inicio del curso se confirmará lugar en base al estado de los barrancos. (El desplazamiento no está incluido en el precio)

Ubicación CASA FORESTAL DE LA FERM: <https://goo.gl/maps/rYjGrG2nKuE23Nri7>

Ubicación Escuela de Piragüismo: <https://maps.app.goo.gl/yjsi2TjKrVmfm81o9>

## CUOTA/RATIO/PROFESORADO

- La cuota de matrícula del Curso es de:
  - **110 €** para **Federados FERM y FMRM**
  - **125 €** para **No Federados**

Todos los alumnos deben estar federados en la FERM o FMRM, o en cualquier otra federación reconocida que disponga de cobertura para sus federados y la licencia federativa debe cubrir la modalidad deportiva de barranquismo específicamente, si no es así no se permitirá la matrícula en la modalidad de “Federado”. En caso de no disponer de licencia federativa la FERM realizará la gestión del seguro que cubra la actividad los días del curso exclusivamente y la matrícula deberá de realizarse como “No Federado”.



- Ratio Profesor/Alumno: 1 a 3
- Profesorado: Técnicos Deportivos de la EME/EMA.
- Mínimo de 8 alumnos y máximo de 12.

## DIRIGE

- Jose Ignacio Martínez (Nacho)
- Contacto: [jomarsnc@hotmail.com](mailto:jomarsnc@hotmail.com) / 650242920

## INCLUYE

- Seguro para No Federados
- Prácticas con Técnicos Deportivos de la EME y EMA.
- Material colectivo necesario para la realización de los talleres.
- Certificado del curso en caso de promocionar.

## CONCEPTOS / GASTOS NO INCLUIDOS

- Desplazamientos a los lugares de prácticas.
- Alquiler de neopreno y calcetín de neopreno.
- Equipo individual y Material técnico individual.
- Comida y agua.

## EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO

- **Equipo Individual**
  - Neopreno de 5mm completo.
  - Calcetín de neopreno.
  - Gafas de buceo.
  - Ropa técnica de montaña adecuada a la época del año y climatología para las aproximaciones y botas de montaña.
  - Botas específicas de barrancos (preferiblemente que cubran el tobillo) para los barrancos acuáticos.
  - Bote estanco.
  - Agua, comida para los dos días y crema solar.
  - Casco de barrancos homologado.
  - Arnés específico de barrancos homologado. (NO DE ESCALADA).
  - Cabo de anclaje doble (de la medida adecuada a cada usuario) y con sus respectivos mosquetones. Al menos uno de ellos tiene que ser mosquetón con seguro.



- 2 descensores para barrancos tipo ocho con sus mosquetones.
- 3 mosquetones de seguridad HMS sin contar los que portan los descensores tipo ocho. Al menos dos con seguro de rosca.
- 3 mosquetones asimétricos pequeños.
- Mochila de barrancos para llevar la cuerda y el material.
- Cuerda semiestática Tipo A (Diámetro Mínimo 10mm), 20-40 metros en buen estado.
- 2 cordinos cosidos de aramida de 60cm en buen estado.
- Navaja específica de barrancos.
- **Material Técnico Individual recomendado (Opcional):**
  - Bloqueador mecánico. Jumar, Duck, o similares con sus mosquetones (preferible evitar dentados).
  - 1 cordino de 7 mm y 5 metros (maniobras de rescate. Polipastos y Contrapesos) MARINER. Mejor si es de aramida, en cuyo caso su diámetro podrá ser de 5,5mm.
  - 3 cordinos de 6-7 mm para nudos autoblocantes (maniobras de auto rescate) en buen estado.
  - Pedal o estribo con mosquetón.
  - Porta cuerda /SERA.
  - Trozos de cuerda y cintas de distintos diámetros (maniobras de rescate) y equipamiento de naturales.
  - Polea con Bloqueador con mosquetón. Tipo Minitraxion.
  - Guantes
  - Libreta acuática.
  - GPS.
  - Ordenador portatil.
  - Maillones.
  - Cuerda semiestática tipo B, 30-40 metros mínimo. (Cuerda de socorro).
  - Frontal.
  - Bolsa de rescate de 20m (UNA POR PAREJA O INDIVIUDAL).

La escuela podrá poner a disposición de los alumnos el material técnico disponible durante el curso con el fin de poder completar todas las maniobras necesarias, pero no puede asegurar que este cubra las necesidades de todos los alumnos, de ahí que recomendamos que cada alumno/a disponga de su propio material (o por parejas).



## INSCRIPCIÓN Y REQUISITOS DE ADMISIÓN

- Haber realizado y superado el Curso de Iniciación al Descenso de Cañones y Barrancos. En caso contrario, poder demostrar experiencia suficiente para el nivel requerido del curso, que será evaluada previamente al curso por técnicos de la EME/EMA.
- No es obligatorio haber realizado el Curso de Perfeccionamiento al Descenso de Cañones y Barrancos, pero quien lo haya cursado tendrá preferencia en el caso de exceso de inscripciones.
- Se requerirá para todos, conocimientos en técnicas de progresión (tanto horizontal como de rápel); realización de nudos en barrancos al 100%, saber nadar y tener una forma física adecuada como para nadar, de forma enérgica, una distancia de 150 metros sin descanso.
- Es necesario estar federado en la Federación de Espeleología de la Región de Murcia (FERM) o en cualquier Federación con la que exista convenio, siempre y cuando el seguro unido a la tarjeta cubra la modalidad deportiva del curso y su localización geográfica, o bien, cuando la convocatoria lo autorice, suscribir seguro de día que cubra la actividad ofertada por la misma.
- Realizar la matrícula y el abono de las cuotas del curso a través de la Intranet FERM en <http://www.espeleomurcia.es/intranet>
- La fecha de inscripción finaliza el miércoles anterior al inicio del curso.
- El alumno debe tener el estado de salud y la forma física adecuada que permita poder desarrollar con normalidad la actividad física convocada.

## EVALUACIÓN

- Se realizará un examen tipo test de los contenidos teóricos para evaluar el proceso de aprendizaje.
- La asistencia al curso será obligatoria en un 60% a la teoría y un 75% de la práctica, sin cumplir estos porcentajes no se podrá promocionar el curso.
- La evaluación de las prácticas será continua. No aprobará aquel alumno que no cumpla las medidas mínimas de seguridad, con los porcentajes de asistencia y con la ejecución de los talleres indicados por los profesores.

## OBSERVACIONES GENERALES

- La EME podrá suspender el curso si no se cubre el número mínimo de plazas establecidas.



- La EME podrá suspender/aplazar el curso, si las condiciones meteorológicas no son las conformes para realizar el curso. Los alumnos tendrán derecho a la devolución de las cantidades abonadas de los cursos aplazados/suspendidos no realizados.
- La edad mínima para inscribirse a partir de 18 años, y de 16 con autorización de los padres o tutor legal.
- Se devuelve el 100% de lo abonado en caso de no asistencia por enfermedad debidamente justificada.
- La asistencia al curso y desarrollo de las actividades programadas, junto con la superación del examen teórico da derecho a la obtención de certificado EME/FERM y EMA/FMRM que acredita la formación recibida.

## MÁS INFORMACIÓN

Escuela Murciana de Espeleología y Descenso de Cañones

[escuela@espeleomurcia.es](mailto:escuela@espeleomurcia.es)