

# CURSO DE AUTORRESCATE EN PARED. NIVEL II

**Fechas:** todo el año

**Duración:** 2 días (16h)

**Lugar:** Sierra del Galiñeiro

**Nº participantes:** 1-4 [alumn@s/profesor](mailto:alumn@s/profesor)



Socio nº 1101

## DESCRIPCIÓN Y OBJETIVO

**Destinado a** personas que tengan **cursado el nivel I o bien acrediten experiencia** en ese temario, con el fin de asimilar de forma adecuada las diferentes maniobras de este curso.

El objetivo principal es completar la formación en autorrescate en cuanto se refiere a conocimientos y maniobras necesarios para rescates técnicos. Por encima de todo el gran objetivo es minimizar o eliminar la necesidad de obtener ayuda del exterior.

## CONTENIDOS

- Situaciones de riesgo en escalada de varios largos (IIª Parte).
- Protocolo de actuación en caso de accidente.
- Material mínimo necesario: el "Kit" de autorrescate.
- Repaso general de contenidos del nivel I.
- **El rapel:** con métodos de fortuna – con viento – uniendo cuerdas - paso de nudos – con cuerda dañada - cuerdas atascadas y últimos recursos – rapel reversible (ascender una vez iniciado el descenso) - rescate de accidentado desde cabecera (descenso por cuerdas en tensión) y desde recepción - rapel dudoso - a contranudo - rescate de accidentado en una vía próxima (accediendo por arriba).
- **Rescate de un primero de cordada en situación desfavorable.**
- Supuestos y soluciones – Maniobras de fortuna.
- El medio natural: impacto ambiental, regulaciones y normativa.
- Gestión del riesgo.

## MATERIAL NECESARIO

Vestimenta acorde para la actividad física y adecuada a la estación del año (ropa térmica, impermeable, cortavientos, guantes, etc.), calzado de aproximación o zapatillas, protección solar (gafas de sol, crema solar, cacao para los labios, gorra o gorro), mochila (30 L aprox.), agua (mínimo 2 litros), comida para el día (bocadillo, frutos secos, barritas, fruta, etc.) y frontal y pilas. Un cortavientos o forro ligero siempre es conveniente, incluso en verano.

Equipo personal (arnés, casco, pies de gato y cabo de anclaje), 1 cuerda simple por cordada, grigri o similar y placa autobloqueante (tipo reverso), 4 mosq. de seguridad (al menos 2 HMS), maillón, cintas express, 2 anillos de 120 cm, 1 cordino de kevlar de 5m, 1 cordino de 2m y 7mm y un cordino de poliamida de 7mm de 120cm para machard (o kevlar 5mm). Si se dispone de bloqueadores mecánicos o poleas, podrán traerse (optativo).

## INCLUYE

- Guía de Escalada en roca AEGM con amplia experiencia.
- Seguros de accidentes y responsabilidad civil.
- Material técnico individual en caso de no disponer de algo.
- Certificado de Realización del Curso.
- Reportaje fotográfico.
- **No incluye:** cualquier cosa no descrita en el apartado "Incluye"

## PRECIOS

1 persona: 310€  
Grupo de 2: 170€/persona  
Grupo de 3: 135€/persona  
Grupo de 4: 115€/personas

**Dificultad técnica: MEDIA**  
**Exigencia física: NORMAL**



**José Juan – Guía de Escalada**  
Guía de Escalada en Roca - Técnico Deportivo en Escalada

[jjbudinho@hotmail.com](mailto:jjbudinho@hotmail.com) 626792035

Registro de Empresas y Actividades Turísticas de la C. Autónoma de Galicia:  
TD- PO- 000715