

ESCUELA DE MONTAÑA

ÍNDICE

ALPINISMO

- Iniciación al Alpinismo Invernal.
- Iniciación al Alpinismo Estival.
- Alpinismo Perfeccionamiento.
- Alpinismo Estival Perfeccionamiento.
- Progresión y seguridad en crestas.
- Progresión y seguridad en corredores.
- Encordamiento en glaciar y rescate en grietas.
- Escalada en hielo.
- Dry-tooling.

MONTAÑISMO

- Orientación básica.
- Orientación básica con GPS.
- Montañismo Invernal.
- Montañismo Estival.
- Senderismo
- Vías ferrata.

ESQUÍ DE MONTAÑA

- Esquí de Montaña Iniciación.
- Esquí de Montaña Iniciación sin clases en estación.
- Esquí de Montaña Perfeccionamiento.
- Esquí de Telemark en Montaña
- Mantenimiento y reparación de esquís

SEGURIDAD EN TERRENO NEVADO

- Uso básico de uso de arva, pala y sonda.
- Prevención ante el peligro de aludes.
- Test de estabilidad.
- Actuación ante víctima de alud.

ESCALADA EN ROCA

- Iniciación a la escalada en roca
- Itinerarios De Varios Largos
- Vías Semi Equipadas
- Escalada Artificial

BARRANCOS

- Iniciación
- Perfeccionamiento

AUTO RESCATE

- Fijar y progresar por cuerdas.
- Mover a un accidentado
- Supuestos habituales en escalada
- Supuestos habituales en barrancos

EQUIPAMIENTOS

- Equipamientos

ALPES

- Alpinismo en los Alpes

MINI CURSOS

ACTIVIDADES TUTELADAS

CURSOS

ALPINISMO

Curso:

Iniciación al Alpinismo Invernal

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos prácticos para progresar, con autonomía y seguridad, en itinerarios sobre terreno nevado de baja dificultad con algún tramo que requiera su aseguramiento.

Contenidos:

Equipo y material básico.
Técnicas de progresión en terreno nevado.
Anclajes en nieve.
Cadena de seguridad.
Peligros en montaña nevada.
Búsqueda básica de víctimas de avalanchas.
Reseñas y orientación básica.

Requisitos previos:

No existen.

Duración: 4 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 3

Nº alumnos: 4 a 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

semana	fin de semana
5 al 8/XII/2019	10,11,17,18/XII/2019
27 al 30/XII/2019	18,19,25,26/I/2020
2 al 5/I/2020	15,16,22,23/II/2020
8 al 11/II/2020	1,2,7,8/III/2020
19 al 22/III/2020	18,19,25,26/IV/2020
9 al 12/IV/2020	9,10,16,17/V/2020
1 al 4/V/2020	6,7,13,14/VI/2020
20 al 23/VI/2020	12,13,19,20/XII/2020
5 al 8/XII/2020	
27 al 30/XII/2020	

PRECIO: 200 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Iniciación al Alpinismo Estival

Objetivo:

Ser capaz de progresar de forma autónoma en ascensiones con nieve o roca que precisen el aseguramiento de algún paso.

Contenidos:

Técnica gestual.

Uso de piolet y crampones.

Material de alpinismo.

Nudos.

Anclajes naturales.

Cadena de seguridad, encordamiento, seguros intermedios, aseguramiento.

Rápel auto asegurado.

Croquis y reseñas.

Requisitos previos:

No existen.

Duración: 4 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 3

Nº alumnos: 4 a 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

estival
14 al 17/VII/2020
8 al 11/VIII/2020
5 al 8/IX/2020
10 al 13/X/2020

j

PRECIO: 200 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Alpinismo Perfeccionamiento

Objetivo:

Tener los conocimientos para poder progresar en glaciar y realizar itinerarios en montaña de varios largos donde podemos encontrar tramos de nieve, roca o hielo.

Contenidos:

Equipo y material.

Técnicas de progresión en terreno variado.

Anclajes en nieve, roca, hielo.

Cadena de seguridad.

Progresión y seguridad en corredores, aristas y pasos en hielo y mixto

Peligros en montaña nevada.

Búsqueda de víctimas de avalanchas.

Croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas con los conocimientos del curso de alpinismo nivel 1 asentados y que haya escalado en roca de primero de cuerda (IV+).

Duración: 4 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.
Sesiones teóricas: 3
Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

semana	fin de semana
26 al 29/I/2020	1,2,15 y 16/II/2020
8 al 11/II/2020	7,8,14 y 15/III/2020
7 al 11/III/2020	18,19,25 y 26/IV/2020
9 al 12/IV/2020	9,10,16 y 17/V/2020
1 al 4/V/2020	

PRECIO: 240 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Alpinismo Estival Perfeccionamiento

Objetivo:

Ser capaz de progresar de forma autónoma en ascensiones que precisen el aseguramiento de largos de escalada, uso de material de autoprotección y progresión en glaciar.

Contenidos:

Material de auto protección.

Nudos.

Cadena de seguridad, colocación de material de auto protección, reuniones multi direccionales, aseguramiento dinámico.

Graduaciones, croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Tener asimilados los contenidos del curso de iniciación al alpinismo y escalar con soltura IV grado.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

semana
20 al 21/VI/2020
11 al 12/VII/2020
22 al 23/VIII/2020
5 al 6/IX/2020
3 al 4/X/2020

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

ALPINISMO

Curso:

Progresión y seguridad en crestas

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos prácticos para progresar, con autonomía y seguridad, en itinerarios sobre crestas.

Contenidos:

Equipo y material.
Técnicas de progresión en roca.
Anclajes en roca.
Cadena de seguridad.
Progresión y seguridad en aristas.
Croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas con los conocimientos del curso de alpinismo nivel 1 asentados.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Crestas
25 al 26/VII/20
17 al 18/VIII/20
12 al 13/IX/20
10 al 11/X/20

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Progresión y seguridad en corredores

Objetivo:

Tener los conocimientos para poder progresar y realizar itinerarios en montaña de varios largos por corredores.

Contenidos:

Equipo y material.
Técnicas de progresión en terreno variado.
Anclajes en nieve, roca, hielo.
Cadena de seguridad.
Croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Este curso esta dirigido a deportistas con los conocimientos del curso de alpinismo nivel 1 asentados.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.
Sesiones teóricas: 2
Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

25 al 26/IV/2020
16 al 17/V/2020
6 al 7/VI/2020

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Encordamiento en glaciar y rescate en grietas

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos prácticos para progresar, con autonomía y seguridad, en itinerarios sobre terreno glaciar y realizar el rescate en grietas si fuese necesario.

Contenidos:

Equipo y material básico.
Encordamientos en glaciar
Técnicas de progresión en terreno glaciar.
Anclajes.
Detención del caído.
Rescate en grietas.

Requisitos previos:

Este curso esta dirigido a deportistas con conocimientos básicos de alpinismo.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

25,26/IV/2020
2,3/V/2020
6,7/VI/2020
4,5/VII/2020
1,2/VIII/2020

PRECIO: 95 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Escalada en hielo

Objetivo:

Escalar en hielo de 1º de cuerda de forma autónoma.

Contenidos:

Equipo y material.
Técnicas de progresión y seguridad en hielo.
Seguros en roca.
Cadena de seguridad.
Graduación de dificultades.

Requisitos previos:

Este curso esta dirigido a deportistas con los conocimientos del curso de alpinismo nivel 1 asentados y que haya escalado en roca de primero de cuerda Vº.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

25 al 26/II/2020	7 al 8/III/2020
8 al 9/II/2020	4 al 5/IV/2020

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Dry-tooling

Objetivo:

Aprender a escalar de primero con seguridad en itinerarios equipados y semi equipados.
Conocer las exigencias físicas y técnicas y los recursos para entrenarlas.

Contenidos:

- Material específico de Dry-tooling y hielo vertical.
- Adaptación de las herramientas: afilado y otras modificaciones.
- Escala de dificultad y graduaciones.
- Técnica de uso de crampones y piolets sobre la roca.
- Gestualidad propia de ésta modalidad.
- Escalada de primero: recursos para chapar.
- Emplazamiento de tornillos de hielo.
- Posiciones de reposo.
- Técnica de escalada en hielo vertical.
- Recursos para entrenamiento indoor.

Requisitos previos:

Para un correcto aprovechamiento del curso es necesario poseer un nivel mínimo de 6a/6b en escalada deportiva así como los conocimientos básicos de las técnicas de alpinismo invernal: cramponaje, manejo de piolet y auto detenciones.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7-8 h/diarias.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas máximo por grupo de trabajo.

Fechas:

27,28/I/2020
17,18/II/2020
5,6/III/2020

PRECIO: 240 € (2 alumnos) 120€ (4 alumnos)

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

MONTAÑISMO

Curso:

Orientación básica

Objetivo:

Conocer las técnicas básicas de orientación en montaña.

Contenidos:

Mapa, escalas, coordenadas, curvas de nivel, pendientes, leyenda, interpretación mapa-terreno.

Brújula, orientación, rumbos, localización de puntos, localización de nuestra posición.

Altímetro.

Requisitos previos:

Deportistas sin conocimientos previos.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

9 al 10/V/2020
20 al 21/VI/2020
11 al 12/VII/2020
17 al 18/VIII/2020

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

MONTAÑISMO

Curso:

Orientación básica con GPS

Objetivo:

Conocer las técnicas básicas de orientación con GPS.

Contenidos:

Mapa, escalas, coordenadas.

Uso básico de GPS, coger coordenadas en el plano y pasarlas manualmente al GPS, dirigirse a un punto, regresar por la huella, rutas.

Requisitos previos:

Deportistas con conocimientos básicos de orientación.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

30,31/V/2020
29,30/VIII/2020
21,22/XI/2020

PRECIO: 90 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

MONTAÑISMO

Curso:

Montañismo Invernal

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos-prácticos básicos para progresar, con autonomía y seguridad, en terreno invernal.

Contenidos:

Equipo y material básico.

Progresión con raquetas.

Uso de piolet y crampones.

Auto detenciones.

Búsqueda básica de víctimas de avalanchas.

Construcción de abrigo.

Orientación básica.

Requisitos previos:

Este curso esta dirigido a deportistas sin conocimientos previos.

Duración: 3 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

28 al 30/XII/2019	18 al 19/IV/2020
5 al 7/I/2020	9 al 10/V/2020

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

MONTAÑISMO

Curso:

Montañismo Estival

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos-prácticos básicos para progresar, con autonomía y seguridad, en terreno de montaña estival.

Contenidos:

Senderismo.
Escalada en roca.
Vía ferrata.
Descenso de barrancos.
Orientación.
Alpinismo.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas sin conocimientos previos.

Duración: 5 días en verano y 4 fines de semana en octubre.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

20 al 24/VII/2020	31/VIII al 4/IX/2020
10 al 14/VIII/2020	3,4,10,11,17/X /2020

Se pueden realizar apartados sueltos (consultar).

PRECIO: 30 €/jornada

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

MONTAÑISMO

Curso:

Senderismo

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos-prácticos básicos para progresar, con autonomía y seguridad, en senderos de montaña.

Contenidos:

Equipo y material.
Técnicas de progresión.
Orientación.
Gestión del riesgo.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas sin conocimientos previos.

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 6 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

23,24/V/2020	5,6/IX/2020
6,7/VI/2020	3,4/X/2020
4,5/VII/2020	7, 8/XI/2020

5,6/VIII/2020

PRECIO: 60 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

MONTAÑISMO

Curso:

Vías Ferrata

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos-prácticos básicos para progresar, con autonomía y seguridad, en vías ferrata.

Contenidos:

La caída

Técnica de progresión.

Uso de disipadora.

Descansos.

Uso de cuerda auxiliar.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas sin conocimientos previos.

Duración: 1 día.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

13/VI/2020	7/VIII/2020
11/VII/2020	5/IX/2020

PRECIO: 40 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESQUÍ DE MONTAÑA

Curso:

Esquí de Montaña Iniciación

Objetivo:

Adquirir conocimientos teórico-prácticos para progresar, con autonomía dentro de un grupo, en salidas de esquí de montaña sencillas.

Contenidos:

Equipo y material básico.

Técnicas de progresión ascenso y descenso.

Peligros en montaña nevada.

Uso de ARVA.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas sin conocimientos previos en esquí de montaña y con dominio del paralelo elemental (C/D escala EEE).

Duración: 4 días-2 en pista, 2 en montaña

Horas prácticas: 5h/día en pista 7h/día en montaña

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

semana	fin de semana
5 al 8/XII/2019	10,11,17,18/XII/2019
27 al 30/XII/2019	18,19,25,26/I/2020
2 al 5/I/2020	15,16,22,23/II/2020
8 al 11/II/2020	1,2,7,8/III/2020
19 al 22/III/2020	11,12,25,26/IV/2020
9 al 12/IV/2020	

PRECIO: 210 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESQUÍ DE MONTAÑA

Curso:

Esquí de Montaña Iniciación (sin clases en estación 2 días).

Dirigido a:

Personas que quieran iniciarse en las técnicas utilizadas en esquí de montaña teniendo conocimientos de técnicas de descenso fuera pista.

Objetivo:

Adquirir conocimientos teórico-prácticos para progresar, con autonomía dentro de un grupo, en salidas de esquí de montaña.

Contenidos:

Equipo y material básico.

Técnicas de progresión ascenso y descenso.

Peligros en montaña nevada.

Uso de ARVA.

Requisitos previos:

Este curso esta dirigido a deportistas sin conocimientos previos en esquí de montaña y con dominio del paralelo elemental (C/D escala EEE).

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

17,18/XII/2019
25,26/I/2020

22,23/II/2020
7,8/III/2020
25,26/IV/2020
2,3/V/2020

PRECIO: 120 € (2 días)

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESQUÍ DE MONTAÑA

Curso:

Esquí alpinismo

Objetivo:

Adquirir conocimientos teórico-prácticos para progresar, con autonomía, en actividades de esquí de montaña.

Contenidos:

Equipo y material.
Técnicas avanzadas de progresión ascenso y descenso.
Uso de piolet y crampones.
Técnicas de progresión y seguridad con cuerdas.
Peligros en montaña nevada.
Búsqueda de víctimas de avalanchas.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas con conocimientos básicos en esquí de montaña.

Duración: 4 días.

Horas prácticas: 7h/día en montaña.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Esquí Alpinismo
27 al 30/I/20
6,7,11,12/1/20
17 al 20/II/20
15,16,22,23/II/20
9 al 12/III/20
21,22,28,28/III/20
13 al 16/IV/20
16,17,23,24/V/20

PRECIO: 210 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESQUÍ DE MONTAÑA

Curso:

Esquí de Telemark en Montaña

Objetivo:

Perfeccionar la técnica y táctica fuera de pista, así como las técnicas de ascenso con esquís de Telemark, así como la seguridad en montaña.

Requisitos previos:

Nivel alto de telemark

Duración: 4 días.

Horas prácticas: 30 h.

Horas aula: 2-3 h.

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

4 al 8/IV/20

PRECIO: 210 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESQUÍ DE MONTAÑA

Curso:

Mantenimiento y reparación de esquís

Objetivo:

Adquirir conocimientos teórico-prácticos para realizar el mantenimiento y reparaciones básicas.

Contenidos:

Material.

Suela.

Cantos.

Encerado.

Guardar el material hasta la próxima temporada

Requisitos previos:

Ninguno

Duración: 2 días.

Horas prácticas: 7h/día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 6 a 12 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

18,19/IV/20
21,22/XI/20

PRECIO: 85 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

SEGURIDAD EN TERRENO NEVADO

Curso:

Test de estabilidad

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos prácticos para tener mayor información sobre la posibilidad de alud de placa.

Contenidos:

- La nieve.
- Tipos de avalancha.
- Aludes de placa.
- Perfil.
- Test de la pala por compresión y columna extendida.

Requisitos previos:

No existen.

Duración: 1 días

Horas prácticas: 5 h.

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Todas las semanas del periodo invernal.

PRECIO: 40 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

SEGURIDAD EN TERRENO NEVADO

Curso:

Prevención ante el peligro de aludes

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos prácticos para progresar, con autonomía y mayor seguridad, en itinerarios sobre terreno nevado.

Contenidos:

- La nieve.
- Tipos de alud.
- Riesgos.
- Elección de itinerario.
- Actuación en zonas peligrosas
-

Requisitos previos:

No existen.

Duración: 1 días.

Horas: 7 h.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Todas las semanas del periodo invernal.

PRECIO: 40 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

SEGURIDAD EN TERRENO NEVADO

Curso:

Actuación ante víctima de alud

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos prácticos para actuar si alguien en nuestro entorno es cogido por un alud.

Contenidos:

- Como actuar en caso de avalancha.
- Fases de la búsqueda de víctima de avalancha.
- Organización básica.
- Actuación en caso de enterramiento múltiple.
- Línea de sondeo.
- Organización avanzada.
- Primeros auxilios básicos.

Requisitos previos:

No existen.

Duración: 1 días.

Horas: 7 h.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Todas las semanas del periodo invernal.

PRECIO: 40 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

SEGURIDAD EN TERRENO NEVADO

Curso:

Uso básico de arva, pala y sonda

Objetivo:

Utilizar el material de seguridad en terreno nevado.

Contenidos:

- Fases de la búsqueda de víctima de avalancha.

Requisitos previos:

No existen.

Duración: 1 día.

Horas: 3 h.

Sesiones teóricas: 0

Nº alumnos: 4 a 8 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Todas las semanas

PRECIO: 20 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESCALADA EN ROCA

Curso:

Iniciación a la escalada en roca

Objetivo:

Escalar de primero de cuerda vías equipadas de un largo con descuelgue.

Contenidos:

Técnica gestual.

Material de escalada deportiva.

Nudos.

Cadena de seguridad, encordamiento, seguros intermedios, aseguramiento, descuelgue.

Rápel auto asegurado.

Graduaciones de dificultad.

Croquis y reseñas.

Requisitos previos:

No existen.

Duración: 4 días.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 2

Nº alumnos: 4 a 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Iniciación		
23,24,30,31/V/20	4,5,11,12/VII/20	5,6,12,13/IX/17
6,7, 13,14/VI/20	27 al 30/VII/20	10 al 13/X/17
22 al 25/VI/20	19 al 21/VIII/20	

PRECIO: 210 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESCALADA EN ROCA

Curso:

Itinerarios de varios largos

Objetivo:

Escalar de primero de cuerda vías equipadas, de uno o varios largos y rapelarlas.

Contenidos:

Material de escalada para vías de varios largos.

Nudos.

Cadena de seguridad, reuniones, aseguramiento, uso de cuerda simple y doble.

Cordada de tres.

Rápel de varios tramos.

Requisitos previos:

Tener asimilados los contenidos de iniciación a la escalada.

Duración: 2 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

Itinerarios de varios largos
30,31/V/20
13,14/VI/20
25,26/VII/20
8,9/VIII/20
19,20/IX/20
3,4/X/20

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESCALADA EN ROCA

Curso:

Vías semi equipadas

Objetivo:

Escalar de primero de cuerda vías de uno o varios largos semi equipadas.

Contenidos:

Material de auto protección

Nudos.

Cadena de seguridad, colocación de material de auto protección, reuniones multi direccionales, aseguramiento dinámico.

Descuelgue dudoso.

Graduaciones, croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Tener asimilados los contenidos de iniciación a la escalada e itinerarios de varios largos.

Duración: 2 día.

Horas: 7 h/día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

13,14/VI/20
25,26/VII/20
15,16/VIII/20

19,20/IX/20
3,4/X/20

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ESCALADA EN ROCA

Curso:

Escalada artificial

Objetivo:

Escalar de primero de cuerda vías con pasos de artificial.

Contenidos:

Material de auto protección y progresión en artificial.

Nudos.

Progresión en artificial, uso de estribos y probadores.

Graduaciones, croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Tener asimilados los contenidos del curso de vías semi equipadas.

Duración: 2 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

27,28/VI/20
25,26/VII/20
29,30/VIII/20
19,20/IX/20

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

DESCENSO DE BARRANCOS

Curso:

Iniciación al descenso de barrancos

Objetivo:

Descender, con autonomía dentro de un grupo, barrancos de baja dificultad.

Contenidos:

Técnica gestual de progresión, natación, saltos.

Material de descenso de barrancos.

Nudos.

Cadena de seguridad, pasamanos, rápeles.

Graduaciones de dificultad.

Croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Al ser un curso de iniciación no hace falta conocimientos previos.

Duración: 3 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 a 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

18 al 20/VII/20
22 al 24/VIII/20
5 al 7/IX/20

PRECIO: 180 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

DESCENSO DE BARRANCOS

Curso:

Descenso de barrancos perfeccionamiento

Objetivo:

Descender con autonomía barrancos.

Contenidos:

Cadena de seguridad, pasamanos, rápeles.

Instalación de rapeles.

Guiados.

Graduaciones de dificultad.

Croquis y reseñas.

Requisitos previos:

Al ser un curso de iniciación no hace falta conocimientos previos.

Duración: 3 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

25 al 27/VII/20
10 al 12/VIII/20

PRECIO: 180 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

AUTO RESCATE

Curso:

Fijar y progresar por cuerdas

Objetivo:

Ser capaz de instalar líneas de vida y progresar por ellas en ascenso y descenso.

Contenidos:

Nudos.
Instalación de cuerdas, ascenso, descenso, horizontales.
Progresión por el sistema. Cuerdas en tensión.
Paso de nudos.
Liberarse del encordamiento.

Requisitos previos:

Tener conocimientos de trabajo con cuerdas en cualquier especialidad de montaña.

Duración: 2 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 a 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

13 y 14/VI/20	10 al 11/VIII/20
11 y 12/VII/20	5 al 6/IX/20

PRECIO: 100 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

AUTO RESCATE

Curso:

Mover a un accidentado

Objetivo:

Ser capaz de mover a un accidentado en ascenso, descenso o horizontal hasta una zona cómoda.

Contenidos:

Cuidados
Sistemas de izado (polipastos, contrapeso) y descenso (sistemas de frenado, poleados, rápel)
Movimientos en diagonal o techos. Guiados.

Requisitos previos:

Tener conocimientos de como fijar y progresar por cuerdas.

Duración: 2 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

20 y 21/VI/20	18 y 19/VII/20	12 y 13/VIII/20	12 y 13/IX/20
---------------	----------------	-----------------	---------------

PRECIO: 120 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

AUTO RESCATE

Curso:

Supuestos habituales en escalada

Objetivo:

A partir de situaciones de escalada, completar la maniobra de auto rescate.

Contenidos:

Accidentado por arriba y menos de mitad de cuerda.

Accidentado por arriba y más de mitad de cuerda.

Accidentado por abajo.

Cuerda simple o doble cuerda.

Requisitos previos:

Tener conocimientos de como fijar y progresar por cuerdas y cómo mover a un accidentado en ascenso, descenso o horizontal hasta una zona cómoda.

Duración: 2 días.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 3 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

27,28/VI/20	14,15/VIII/20
25,26/VII/20	19, 20/IX/20

PRECIO: 150 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

AUTO RESCATE

Curso:

Supuestos habituales en barrancos

Objetivo:

A partir de situaciones habituales en barrancos, completar la maniobra de auto rescate.

Contenidos:

Corte en cabecera.

Corte con cuerda auxiliar.

Descenso por cuerda en tensión y desbloqueo de rápel.

Desbloqueo accediendo desde abajo.

Requisitos previos:

Tener conocimientos de como fijar y progresar por cuerdas y cómo mover a un accidentado en ascenso, descenso o horizontal hasta una zona cómoda.

Duración: 1 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

27/VI/20	14/VIII/20
25/VII/20	19/IX/20

PRECIO: 50 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

EQUIPAMIENTOS

Curso:

Equipamientos

Objetivo:

Conocer cómo y con qué equipar instalaciones fijas.

Contenidos:

Tipos de anclaje.

Como instalar los diferentes tipos.

Equipamientos para actividades en montaña.

Requisitos previos:

Tener conocimientos de como fijar y progresar por cuerdas con elementos mecánicos.

.

Duración: 3 día.

Horas: 7 h./día

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 6 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

15 al 17/VII/20
23 al 25/VIII/20
9 al 11/IX/20

PRECIO: 150 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

ALPINISMO

Curso:

Alpinismo en los Alpes

Objetivo:

Adquirir conocimientos teóricos prácticos para progresar en medio alpino, glaciares, nieve, hielo, roca.

Contenidos:

Equipo y material.

Técnicas de progresión y seguridad en terreno variado.

Anclajes en nieve, roca, hielo.

Cadena de seguridad.

Encordamientos.

Técnicas de progresión en terreno glaciar.

Detención del caído.
Rescate en grietas.

Requisitos previos:

Este curso está dirigido a deportistas con conocimientos básicos de alpinismo.

Duración: 5 días.

Horas prácticas: 7 h/diarias.

Sesiones teóricas: 1

Nº alumnos: 4 personas por grupo de trabajo.

Fechas:

6 al 10/VII/2020	3 al 7/VIII/2020
------------------	------------------

PRECIO: 600 €

PARA MÁS INFORMACIÓN SOLICITAR FICHAS TÉCNICAS EN:

equipo@barrabes.com

MINI CURSOS

Son curso de 2 horas de duración de temas concretos:

- ! **Conocer la nieve**
- ! **Búsqueda con Arva**
- ! **Test de estabilidad del manto Nivoso**
- ! **Organización de la búsqueda de víctima de alud**
- ! **Usar piolet y crampones para progresar**
- ! **Auto detenciones en nieve**
- ! **Usar raquetas**
- ! **Asegurar un paso en nieve**
- ! **Rapelar**
- ! **Lectura básica de un mapa**
- ! **Uso básico de una brújula**
- ! **Progresar en vía ferrata**
- ! **Técnica de progresión básica en escalada**
- ! **Asegurar en escalada deportiva**
- !

Se podrán contratar de forma individual o colectiva en cualquier época siempre y cuando las condiciones del medio lo permiten. Las 2 horas incluyen el tiempo de la aproximación a la zona de prácticas.

PRECIO:

Nº de alumnos	Precio/alumno
1 alumnos	70 €
2 alumnos	40 €
3 alumnos	35 €
4 alumnos	30 €
5 alumnos o más	25 €

ACTIVIDADES TUTELADAS

Si te apetece hacer un itinerario, pero no te atreves a ir sólo con tu compañero de cordada y prefieres ir acompañado de un profesional, que te asesorará y ayudará cuando haga falta, escalando los largos que no veas claros y solucionando las posibles dudas que te puedan surgir.

PARA MÁS INFORMACIÓN:

equipo@barrabes.com