

El descens de barrancs és una activitat esportiva consistent en seguir el recorregut de la llera d'un riu o barranc més o menys encaixat, en sentit descendent, salvant els obstacles que es presentin de la manera més senzilla i segura. Aquesta activitat utilitza tècniques d'altres pràctiques esportives de l'entorn de muntanya com l'escalada, l'espeleologia i el senderisme. En el cas d'itineraris aquàtics, també tècniques de natació. En l'actualitat hom ha desenvolupat tècniques específiques partint de les que l'hi van donar origen. El curs està dirigit a totes aquelles persones que tenen la curiositat per conèixer el descens esportiu de barrancs, aprenent les tècniques bàsiques per a efectuar descensos.

Aquest curs us ofereix adquirir els coneixements necessaris per a ser un company autònom durant el descens d'un engorjat, amb el respecte del medi natural i de les normes bàsiques de seguretat.

El curs consta d'una presentació, quatre sessions teòriques, quatre sessions pràctiques i cloenda. La presentació del curs, les sessions teòriques i la cloenda tindran lloc a la seu del Club Excursionista de Gràcia.

CLUB EXCURSIONISTA DE GRÀCIA
Passatge Mulet, 4
08006 – Barcelona
T. 93.237.86.59
cegracia@cegracia.cat

CURS D'INICIACIÓ AL DESCENS DE BARRANCS del 18 de Maig a l'1 de Juny 2016



Organitza:

Col·labora:



Club Excursionista
de Gràcia



El nombre de places està limitat a 12 participants, atenent rigorosament a l'ordre de recepció de les sol·licituds i a la corresponent inscripció i pagament del cost del curs.

El mínim de persones per fer el curs és de 6.

Els participants hauran d'informar als responsables del club de qualsevol anomalia o malaltia que pateixin i pugui afectar al normal seguiment del curs.

Els participants es comprometen a seguir les indicacions i normes de seguretat dels monitors.

El Club Excursionista de Gràcia es reserva el dret d'admissió.

Qualsevol participant que no segueixi les normes de convivència i de respecte a la natura, demostrï incapacitat o poc interès per l'activitat del curs, serà donat de baixa del mateix, sense dret a retorn de la participació de la despesa.

Els responsables del curs es reserven el dret d'efectuar canvis o modificacions del programa si consideren que les circumstàncies ho aconsellen i de resoldre qualsevol cas o situació no prevista en aquestes normes.

Calendari del Curs:

Dimecres 18/05 (20:30h - 22h)
Presentació Curs - Sessió teòrica 1

Dijous 19/05 (20:30h - 22h)
Sessió teòrica 2 + Tècnica de Ràpel al Rocòdrom

Dissabte 21/05 - Sessió Pràctica 1
Barranc aquàtic

Diumenge 22/05 - Sessió Pràctica 2
Barranc aquàtic

Dimecres 25/05 (20:30h - 22h)
Sessió teòrica 3

Dijous 26/05 (20:30h - 22h)
Sessió teòrica 4 + Maniobres al rocòdrom

Dissabte 28/05 - Sessió Pràctica 3
Barranc aquàtic

Diumenge 29/05 - Sessió Pràctica 4
Barranc aquàtic

Dimecres 1/06 (20:30h - 22h)
Sessió teòrica 5 - Test aprofitament Curs
Cloenda del Curs

Preu: 85 € socis (Club Excursionista de Gràcia – Espeleoclub de Gràcia) / 110 € No socis

El preu inclou: classes teòriques i pràctiques, accés al rocòdrom, documentació, tot el material tècnic individual (exclòs vestit de neoprè i escarpins) i el material col·lectiu. No inclou: vestit de neoprè, les despeses dels desplaçaments, manutenció i pernoctació, que aniran a compte dels participants.

Caldrà disposar d'assegurança FEEC tipus C o equivalent. En cas de no tenir-ne es obligatori tramitar-la a través del club pels dies del curs

Preu: 11,50 € socis / 19,80 € No socis

Inscripcions

barrancs@cegracia.cat

Per a més informació podeu contactar de dilluns a dijous de 18h a 22h a la secretaria del Club i al telèfon 93.237.86.59

www.cegracia.cat

Requisits:

L'edat mínima és de 18 anys

No es requereix experiència prèvia en descens de barrancs.

Condició física adequada mínima per realitzar activitat perllongada en muntanya. Saber nedar.