



**CURSO DE MANIOBRAS CON  
CUERDAS PARA  
MONTAÑEROS**

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación .....	1
2	Datos básicos .....	2
3	Objetivos, contenidos y requisitos necesarios.....	2
4	Precio .....	2
4.1	Incluye.....	3
4.2	No incluye .....	3
5	Mas información .....	3
6	Otros cursos similares.....	5
7	Contacto .....	5

## 1 Presentación

Nos gusta salir a la montaña y en muchas ocasiones nuestro objetivo son cumbres que se alcanzan cómodamente caminando. Pero en muchas ocasiones nos gustaría alcanzar cimas que sin ser muy difíciles si que requieren tener algunos conocimientos de maniobras con cuerdas para solventar un pequeño paso que sin ser difícil, es expuesto porque una caída podría ser fatal. En otras ocasiones es la bajada la que nos impide ir ya que no sabemos las técnicas de descenso como por ejemplo el rapel.

En estas **dos jornadas** de formación lo que pretendemos es que adquieras unos conocimientos que te permitan solventar de la forma más segura posible estas situaciones, permitiendo que puedas alcanzar muchas más cumbres.

Así , por ejemplo podrás subir y bajar de forma segura al **Midi d'Ossau o Balaitus** en el Pirineo y otras muchas cumbres que ya estarán al alcance de tus manos.

Déjate formar por **profesionales cualificados**, aumenta tus recursos en la montaña para moverte con **mayor seguridad**.

## 2 Datos básicos

Destino: en tu comunidad autónoma.

Actividad: Curso de maniobras con cuerdas para montañeros

Duración: 2 días

Época: todo el año

Grupo mínimo-máximo: 1-6 personas.

## 3 Objetivos, contenidos y requisitos necesarios

### Objetivos

- Adquirir los conocimientos necesarios para solventar algunos tramos no difíciles pero si expuestos que requieren el uso de una cuerda.

### Contenidos

- Material fundamental que hay que llevar. Aspectos básicos de utilización de los mismo.
- Manejo de los aparatos de aseguramiento para que nuestro compañero progrese de forma segura.
- Métodos de aseguramiento en nuestra progresión mediante seguros fijos, seguros flotantes u otros elementos cómo árboles, puente de roca etc....
- **Montaje de reuniones** en parabolts, buriles, seguros flotantes, rocas, árboles etc.
- Técnicas de descenso. **Rapel**.
- Progresión en ensamble. Aspectos fundamentales de **seguridad**.
- Nudos más habituales y uso apropiado de estos.

### Requisitos necesarios

- **Nivel técnico:** no se requiere ningún conocimiento técnico de escalada ni conocimiento previo de maniobras con cuerdas. Si que es recomendado y normal que los candidatos tengan experiencia montañera en ascensiones donde además de caminar hayan tenido que usar las manos para trepadas puntuales. Hay que tener agilidad en el avance en terreno rocoso fuera de camino.
- **Estado físico:** estar habituado a salir a la montaña y poder hacer desniveles de 500 m a ritmo tranquilo.

## 4 Precio

Precio:

- 190 € por persona si el grupo alcanza los 5-6 participantes.
- 200 € por persona si el grupo alcanza 4 participantes.
- 250 € por persona si el grupo alcanza 3 participantes.
- 325 € por persona si el grupo alcanza 2 participantes.
- 600 € por persona si el grupo alcanza 1 participante.

#### 4.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.
- Asesoramiento para cualquier duda, adquisición de material, recorridos, etc antes y después del curso.

#### 4.2 No incluye

- Transporte al lugar donde se desarrolla la actividad. En caso de estar interesados os pondremos en contacto con otros participantes para compartir coche y gastos.
- Alojamiento y manutención durante la actividad. Muntania Outdoors se lo puede gestionar.

## 5 Mas información

### Material necesario

Si le falta algo de material nosotros se lo alquilamos, consúltenos.

- Mochila 30-40 litros para la aproximación.
- Zapatillas o botas tipo trekking.
- Casco.
- Arnés, cabo de anclaje con un mosquetón de seguridad, asegurador-descensor.
- Ropa térmica apropiada para el destino y época del año.
  - Calcetines.
  - Pantalón de montaña.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta corta viento.
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

### Puntos fuertes

- 2 jornadas completas en montaña.
- Programa adaptable a nuestro nivel.
- Posibilidad de asesoramiento en tienda especializada para la adquisición del material necesario y/o posibilidad de alquilar.

### **Flexibilidad de fechas**

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

### **Hora y lugar de encuentro**

Si que dejaremos claro cuando se confirme la actividad donde se realizará el mismo, pero hasta 3 días antes del inicio del mismo no le mandaremos información del lugar concreto y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Esperamos hasta el final para esta información ya que hasta poco antes no se sabe dónde estarán las mejores condiciones, ¡merece la pena la espera con el fin de que saquéis el máximo provecho a la zona!

Además, mandaremos más información útil que le facilitarán los preparativos finales.

### **Transporte a la zona donde se hace el curso**

Si quiere compartir transporte desde la zona donde reside, cuando haga la reserva y nos mande sus datos, nos podrá indicar su disponibilidad. Tendrá que permitirnos por escrito a compartir su nombre y teléfono con otros participantes que residan por su zona y que también estén dispuestos para que se puedan poner de acuerdo.

### **Material**

Se puede alquilar material en la zona (consúltenos antes).

### **Seguro de accidentes y rescate**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**.

#### Seguro de accidentes y rescate incluido

\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

\*\* Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

\*\*\* Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

\*\*\*\* El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en el ámbito nacional y un límite de 12.000 € tanto en asistencia sanitaria como en rescate en el extranjero, teniendo que ser esta cantidad, o la correspondiente si fuera superior, por el asegurado.

## 6 Otros cursos similares

- Curso de progresión en crestas y aristas
- Curso de escalada en roca, nivel 1 (iniciación)
- Curso de escalada en roca, nivel 2 (vías de varios largos equipadas)
- Curso de escalada en roca, nivel 3 (vías de varios largos desequipadas)

## 7 Contacto

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).