

CURS BARRANCS NIVELL 1 (INICIACIÓ)

Aquest curs es fa a la comarca de la Terra Alta entre els termes municipals d'Arnes i Horta de Sant Joan dins el Parc Natural dels Ports.

El primer dia es realitza el primer descens al Barranc de Canaletes, és aquàtic de dificultat baixa però molt complet a causa de la possibilitat de practicar tots els conceptes de la part aquàtica del curs.

En el segon dia es realitza el descens del Barranc de Cantavella o Barranc de Cubars Inferior en funció de condicions, solen ser barrancs secs amb una dificultat moderada i amb més quantitat de ràpels on posem en pràctica els continguts del segon dia.

Tots dos barrancs són perfectes i instructius per fer el curs envoltats d'un paisatge excel·lent al sud de Catalunya.

*En cas de fer tres dies, farem un tercer barranc per potenciar els coneixements.

Durada

La durada d'aquest curs és de caràcter intensiu i es compromet en 2 o 3 dies amb un horari aproximat entre les 9.00 del matí i les 18.00 de la tarda.

Objectius didàctics

- Planificar i interpretar bé l'activitat mitjançant ressenyes, topografies, meteorologia...
- Determineu la dificultat d'un barranc.
- Interpretar i respectar l'entorn.
- Identificar i saber fer servir tot el material relacionat amb l'activitat.
- Identificar i distingir els possibles perills que podem trobar i saber gestionar-los.
- Progressar adequadament amb seguretat en barrancs secs i aquàtics.
- Aprendre les tècniques en destrepes, salts, tobogans, sifons, natació i busseig.
- Distingir diversos punts de les aigües vives.
- Aprendre les tècniques de ràpel i bloquejos.
- Distingir les reunions i l'equipament que ens puguem trobar.
- Aprendre els muntatges bàsics de ràpel, passamans, nusos i l'accés a les capçaleres.



- Saber fer un descens de barrancs d'iniciació o nivell 1 de manera autònoma.

Material individual necessari per al curs

- Sabatilles o botes de muntanya (en cas de no tenir, de running o esport).
 - Banyador/Bikini.
 - Tovallola.
 - Roba de recanvi (la que porteu posada serveix).
 - Protecció solar.
 - 1 litre d'aigua per persona.
- * La resta de material necessari per fer el curs l'aporta l'empresa.