



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

UF2475 Técnicas de Progresión en Barrancos

Modalidad de realización del curso: [A distancia y Online](#)

Titulación: [Diploma acreditativo con las horas del curso](#)

OBJETIVOS

En el ámbito de las actividades físicas y deportivas, es necesario conocer los diferentes campos del guía por barrancos secos o acuáticos, dentro del área profesional sobre actividades físico-deportivas Recreativas. Así, con el presente curso se pretende aportar los conocimientos necesarios para las técnicas de progresión en barrancos

CONTENIDOS

UNIDAD FORMATIVA 1. TÉCNICAS DE PROGRESIÓN EN BARRANCOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PROGRESIÓN EN BARRANCOS DE TODA TIPOLOGÍA CON Y SIN UTILIZACIÓN DE LA CUERDA

1. La biomecánica deportiva y las fuerzas de oposición
2. - El centro de gravedad del organismo
3. - El equilibrio estático y dinámico
4. - La base de sustentación
5. - La base de suspensión
6. - Componentes de fuerza implicadas en la progresión
7. - Movimientos estáticos y dinámicos durante la progresión

8. Técnicas específicas de barrancos de progresión sin cuerda:
 9. - Trepada y «destrepada».
 10. - Agarres y apoyos
 11. - Técnica de superación de chimeneas y pasos en oposición
 12. - Marcha en barrancos: caos de bloques, en zonas de poca profundidad de agua, zonas deslizantes
 13. - Técnicas especiales: salto, deslizamiento en toboganes
 14. - Ayudas durante la progresión sin cuerda
 15. Técnicas de progresión con cuerda:
 16. - La técnica de rápel en función del caudal
 17. - Los sistemas desembragables en cabecera: nudos y con descendor
 18. - Técnicas de «rápel» con caudal de agua y fenómenos hidrológicos peligrosos
 19. - El rápel fraccionado
 20. - El rápel en «cordelette».
 21. - Técnicas de aseguramiento en rápel
 22. - Descensos en polea
 23. - Pasamanos
 24. El descuelgue asistido:
 25. - Empleando nudos
 26. - Empleando aparatos mecánicos
 27. Modo de transporte del material en barrancos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PROGRESIÓN EN BARRANCOS CON CAUCE DE AGUA ACTIVO

1. Conceptos básicos de hidrología:
 2. - El flujo
 3. - El caudal
 4. - La velocidad
 5. - Las corrientes
 6. - La flotabilidad
7. Fenómenos hidrológicos en aguas vivas:
 8. - Contracorrientes
 9. - Sifones

10. - Drosajes
11. - Rebufos
12. - Remolinos
13. - Setas de agua
14. - Encorbatados
15. Técnicas de natación en aguas tranquilas:
16. - Natación sin y con mochila
17. - Apnea
18. - Aprovechamiento de la fuerza impulsora de las corrientes
19. - Superación de dificultades
20. Técnicas de natación en aguas bravas:
21. - Posición de defensa: «flotting».
22. - Ángulo de incidencia
23. - Tomas de corriente
24. - Desplazamientos en la corriente
25. Superación de dificultades en el medio acuático sin el empleo de cuerda:
26. • Drosajes
27. - Remolinos
28. - Encorbatados
29. - Rebufos
30. Ayudas desde el exterior con cuerda
31. Cruce de ríos: en grupo y con la ayuda de la cuerda

UNIDAD DIDÁCTICA 3. UTILIZACIÓN Y MANTENIMIENTO DEL MATERIAL DEPORTIVO DE DESCENSO DE BARRANCOS

1. Equilibrado de fuerzas sobre los anclajes de una instalación de rápel
2. Mantenimiento preventivo de:
 3. - Mosquetones
 4. - Cabos de anclaje
 5. - Descendedores
 6. - Cuerdas, cordinos y cintas planas
 7. - Traje de neopreno y complementos
 8. - Mochila

9. - Casco
10. Mantenimiento operativo de:
11. - Mosquetones
12. - Traje de neopreno y complementos
13. - Mochila
14. Fuerzas de acción sobre los mosquetones:
15. - Punto de aplicación de las fuerzas
16. - El trabajo triaxial
17. - Colocación en los anclajes de una instalación
18. Utilización de la cuerda y cordinos:
19. • Plegado de cuerda para el rápel e introducción en la mochila
20. • Alteración de la resistencia de cuerdas, cordinos y cintas por los nudos
21. • Nudos de anclaje: ocho, nueve y ballestrinque
22. • Nudos de unión de cuerdas: pescador doble
23. • Nudos especiales: mariposa, corazón, dinámico y dinámico fugado
24. • Nudos de autobloqueo: Machard, valdostano, trenzado con cinta, corazón y Swicero
25. Las fuerzas sobre los anclajes de una instalación
26. - Extracción, cizalla y torsión
27. - Colocación de mosquetones
28. - Métodos de distribución de las fuerzas sobre los anclajes
29. - Efecto polea en los descuelgues
30. Movimientos ascendentes sobre la cuerda:
31. - Empleando nudos
32. - Sistemas mixtos de nudos y aparatos
33. Movimiento descendente sobre la cuerda en tensión:
34. - Empleando nudos
35. - Empleando el descendedor
36. Maniobras especiales de cuerda:
37. - Tensado de cuerda
38. - Teleféricos
39. - «Tirolinas».

UNIDAD DIDÁCTICA 4. INSTALACIONES Y ANCLAJES EN BARRANCOS

1. Anclajes:
2. - Tipos: naturales y artificiales
3. - Materiales de fabricación
4. - Ubicación en los barrancos
5. - Selección de anclajes en función del sustrato y régimen hidrológico
6. - Métodos de instalación en función del tipo de anclaje
7. - Control de su estado
8. - Material de instalación de anclajes de reserva-seguridad
9. Las Instalaciones artificiales de «rápel»:
10. - Ubicación
11. - Número de anclajes
12. - Control de estado
13. - Mantenimiento
14. - Valoración del estado de los anclajes de una instalación de «rápel».
15. Equipo y material para la instalación de anclajes removibles:
16. - Maza
17. - Anclajes: clavos y empotradores
18. - Instalaciones empleando cuerdas o cordinos
19. Equipo y material para la instalación de anclajes autoperforantes:
20. - La maza
21. - El mango «mandril».
22. - Los tacos autoperforantes: colocación y expansión
23. - Tornillos y chapas
24. - Control de estado
25. Equipo y material para instalaciones de anclajes de autoexpansión:
26. - Los anclajes de autoexpansión
27. - La chapas, anillas y «maillones».
28. - El taladro y brocas
29. - El soplador
30. - El par de apriete
31. - Ubicación y distancia entre anclajes
32. - Control de estado
33. Equipo y material para la instalación de anclajes químicos
34. - Los tensores

- 35. - La resina
- 36. - El taladro y brocas
- 37. - Escobillas y sopladores
- 38. - Pistola inyectora
- 39. - El secado y fraguado
- 40. - Ubicación y distancia entre anclajes
- 41. - Control de estado



C/ San Lorenzo 2 - 2
29001 Málaga



Tlf: 952 215 476
Fax: 951 987 941



www.academiaintegral.com.es
E-mail: info@academiaintegral.com.es