



Desde la Escuela Valenciana de Espeleología y Cañones nos ponemos en contacto con vosotr@s para informaros de la convocatoria del **CURSO PERFECCIONAMIENTO III** de espeleología que se realizará en las fechas 4,5, 11, 12 y 18,19 de mayo 2024 en las localidades de Castellón y Cuenca.

El curso de perfeccionamiento III forma parte del nivel de formación de la Escuela Valenciana de Espeleología y Cañones. El curso está dirigido a todos aquellos espeleólogos que quieren adquirir más conocimientos e independencia técnica y operativa en sus exploraciones. Para conseguir este objetivo fundamental el curso incorpora aspectos nuevos: progresión por cavidades activas, sistemas de recuperación, anclajes químicos, técnicas de fortuna, polipastos, tirolinas Otro punto importante es la alimentación y entrenamiento específico.

### **TÉCNICAS DE PROGRESIÓN CAVIDADES ACTIVAS. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Conocer la problemática especial que presenta la progresión por cavidades activas.

### **MATERIAL ESPECÍFICO PARA CAVIDADES ACTIVAS. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Conocer el material de progresión, tanto individual como colectivo, específico para cavidades activas, aprender a progresar con este tipo de material. Conocer el material auxiliar para este tipo de cavidades.
- Material colectivo.

### **TÉCNICAS DE INSTALACION RECUPERABLES. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Sistemas de auto recuperación de cuerda, conocer todas las técnicas y problemas en la recuperación.
- Materiales.
- Código de señales.

### **TÉCNICAS DE FORTUNA. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Ampliar los conocimientos adquiridos en P I dotando de autonomía al alumnado para que sea capaz de sustituir la mayor parte del material personal por otros elementos alternativos y realizar una progresión vertical real con estos.

### **ANCLAJES, POLIPASTOS, POLIFRENOS Y TIROLINAS. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Anclajes químicos, diferencias y colocación, placas, resinas, material herramientas específica.
- Polipastos, polifrenos: Principios básicos, ventajas, tipos, rendimientos.
- Tirolinas y guiados: principios básicos.

## ENTRENAMIENTO Y ALIMENTACIÓN

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Saber organizar un entrenamiento para una actividad espeleológica.
- Conocer las líneas generales de una buena alimentación, sustratos energéticos y la importancia de la hidratación en la actividad física.
- Saber preparar una dieta acorde al tipo de actividad a realizar.
- Conocer la problemática de la alimentación en la actividad espeleológica,
- Familiarizarse con los alimentos y productos que mejor se adaptan a la actividad espeleológica, así como con los utensilios más utilizados para su preparación.

## REQUISITOS DEL CURSO

- Ser mayor de 18 años.
- Tarjeta federativa en año en curso.
- **Curso de Perfeccionamiento II aprobado**
- Estar en plenas capacidades físicas y psíquicas para el desempeño de esta actividad
- Disponer de acceso a Internet y correo electrónico.
- **Todo el material personal estará con marcado CE y en plenas condiciones de uso.**

### (Materiales y elementos a aportar por el alumno)

- Papel y bolígrafo, incluso en las prácticas
- Equipo de verticales completo y homologado por CE
- Saca de instalar completa (martillo, burilador, navaja, llave de instalar, tubo, Spits, uña.)
- **Neopreno, escaarpines y calzado adecuado para cavidades acuáticas.**
- Doble iluminación (2 frontales).
- Saca y bidón estanco para el material personal.
- Mono, ropa de abrigo y de cambio, chubasquero, botas, etc.
- Colchoneta, saco, esterilla, etc.
- Agua abundante y comida para las prácticas. Toda la comida corre a cargo de cada uno.

La superación con éxito del Curso permite, acceder al **Curso de Espeleología alpina y expediciones**.

## MATRICULA

- Federado en la FECV.....200 €
- Federado en espeleología en otras federaciones.....340 €

### **El alojamiento y manutención no incluidos.**

El proceso para acceder a la formación de consistirá en una **Preinscripción Online** y una vez validados los requisitos por parte del director@ del curso/EVEC se procederá a la **Matricula**.

**El link del Formulario para la Preinscripción estará en la página web de la Federación junto con los detalles del curso.**

Sin otro particular quedamos a vuestra disposición para cualquier asunto o aclaración que deseéis.



Francisco Boix  
(director de la EVEC)

