



## **CURSO “MANEJO DE CUERDA BÁSICO EN MONTAÑISMO”**

### **Objetivo:**

Desarrollar habilidades en el uso de la cuerda y equipo técnico para así utilizarlos en tramos puntuales de mayor exposición dentro del montañismo básico.

### **Requisitos del alumno:**

- Estado físico acorde con los deportes de escalada
- Ideal poseer el “curso de técnicas básicas en montaña” de esta forma se aumenta la seguridad del grupo en terreno
- Vestimenta acorde a las actividades de montaña
- Mochila 30 litros mínimo
- Zapatos de trekking
- Mayor detalle durante la primera clase.
- 

### **Características:**

- N° de días de terreno: 2 días
- N°horas de clases: 5 (horas pedagógicas)
- 

### **El curso incluye:**

- Instructor
- Equipo técnico
- Seguros
- 

### **El curso NO incluye:**

- Alimentación
- Equipo del alumno
- Entradas
- Transporte



**ENAM**  
Escuela Nacional de Montaña



**FEACH**  
Federación de Andinismo de Chile  
Explorando la montaña desde el 20 de mayo de 1942

### **Descripción del curso:**

- Sesión 1 (2 horas pedagógicas) cierre de inscripciones.
- Sesión 2 (3 horas pedagógicas).
- Terreno 1 (6 horas cronológicas).
- Terreno 2 (8 horas cronológicas).

#### **Sesión 1:**

- Presentación del curso .
- Cierre de inscripciones.

#### **Sesión 2:**

- Fundamentos teóricos de la cuerda.
- Manejo básico de la cuerda.
- Uso, cuidado, transporte, enrollado y arnés de cuerda.

#### **Terreno 1 (por el día):**

- Repaso de técnicas de marcha.
- Arnés de cintura, cordines, casco, mosquetones, nudos.
- Gestión del riesgo, reuniones y principios del aseguramiento a primero.
- Pasamanos, cuerda fija.

#### **Terreno 2 (por el día):**

- Escalada top rope.
- Anclajes naturales.
- Aseguramiento a primero y a segundo.
- Rapel.