

CURSOS AGAM-CATA

CURSO GUÍAS DE TREKKING

Programa Día a Día del Módulo de Verano, Módulo de Invierno y Módulo de Fundamentales.

Examen de ingreso

24 Abril

- 9.30 hrs. Hora de Presentación: Lugar a determinar.
10.00 Prueba de Evaluación Física.
12.00 Prueba de conocimientos Técnicos Básicos, el cual será práctico y escrito, para lo que cada participante deberá presentarse con dos cordines, dos mosquetones, una cuerda de 25 metros, así como de su botiquín personal
- 13.00 Libre para almuerzo
14.00 Entrevista Personal
18.00 Entrega de los resultados de las postulaciones (puede variar según el nº de inscritos)
18.30 Revisión de Equipo. Cada participante deberá contar con el equipo completo para las diversas actividades del curso

Módulo de Verano

Organización, planificación y gestión de actividades de trekking en verano.

Objetivos: Dar a los alumnos las bases que le permitan desarrollar una adecuada implementación de sus actividades.

A) Planificación General Previa de la guiada en verano.

- a) Factores Humanos: Objetivos del Cliente / Realidades del Cliente / Disponibilidad de tiempo / Disponibilidad Económica / etc.
- b) Factores Naturales: Estacionales / Dificultad Físico-Técnica / Accesos / Vías de Escape / Planes Alternativos.
- c) Logística: Transporte / Comunicaciones / Infraestructura / Abastecimiento / Equipos / Alimentación / Asistencia / Administrativos
- d) Protocolos de Seguridad

B) Planificación Específica de cada jornada.

- a) Elección del Itinerario: Previo y durante la guiada / Lectura del Terreno (dificultades técnicas y riesgos)
- b) Planificación de Horas de Marcha.

- c) Planificación de Paradas y descansos (Hidratación, Gastronómicos, Fisiológicos, etc.)
- d) Consideración de Puntos de Interés (Paisajísticos, fotográficos, informativos, etc.)
- e) Planificación de Planes Alternativos.

Taller sobre Planificación, Preparación y Logística

Evaluación de terreno, selección y búsqueda y otros.

Objetivos: Dar las pautas básicas para saber como conducir adecuadamente un grupo de personas y como manejar las diversas variables que se pueden presentar.

Lectura del Terreno y sus Riesgos: Peligros Objetivos y Subjetivos

Elección de Ruta: elementos de presión y toma de decisiones.

Toma de decisiones en terreno.

Manejo de grupos.

Objetivo: Dar a los alumnos las herramientas básicas para entender y manejar las diversas situaciones que se presentan dentro de un grupo humano ante las situaciones del turismo aventura.

1.- Manejo de Grupos y Liderazgo I: Liderazgo y manejo de grupos

Objetivos: Desarrollar los conocimientos que implican un liderazgo efectivo y las herramientas que son útiles en el manejo grupal.

Ciclos de formación grupal

Tipos de liderazgo

Manejo de conflictos

Resolución de problemas

2.- Manejo de Grupos y Liderazgo II: Comunicación

Objetivos: Dar las bases para lograr una buena comunicación base de solución de muchos problemas.

¿Que es buena comunicación?

Bases de la comunicación

¿Que es saber escuchar?

Reconocimiento positivo

Técnicas de marcha.

Objetivos: Dar las pautas básicas para saber como conducir adecuadamente un grupo de personas y como manejar las diversas variables que se pueden presentar.

Técnicas de Marcha, Ritmo y Tiempos

Técnicas de progresión en acarreo y cruces de ríos.

Objetivos: Dar las herramientas básicas de seguridad para cruzar un río con clientes

Factores de riesgo a evaluar en acarreo y ríos

Conceptos básicos de acarreo y ríos

Técnicas de marcha en acarreo
Clasificación de los cruces de ríos
Técnicas de cruce de ríos
Rescate víctimas en cruces de ríos

Seguridad, Prevención y Manejo de riesgos

Objetivos: Dar todas las herramientas para prevención de riesgos, así como para el manejo de situaciones de emergencias desde las más simples hasta aquellas que implican grandes problemas

Introducción al manejo del Riesgo I
Introducción al manejo del Riesgo II

A) Asistencia al Cliente (sin cuerda): Posición de asistencia al cliente en zonas con exposición a caída.

B) Introducción a Técnica “Cuerda Corta”:

C) Maniobras:

· Anclajes Naturales, Artificiales y Humanos.

Búsqueda y rescate en verano

Objetivo general: Que los alumnos queden capacitados para reaccionar de la manera rápida, eficiente y adecuada ante cualquier situación imprevista.

1- Nociones de seguridad

Objetivos: Dar a los alumnos una visión clara de los riesgos y peligros que podemos encontrar en estas zonas, así como las herramientas para evaluarlos.

Peligros / riesgos / accidentes

Peligros subjetivos

Peligros objetivos

2- Procedimientos de emergencia

Objetivos: Que los alumnos queden capacitados para reaccionar de la manera rápida, eficiente y adecuada ante cualquier situación imprevista.

Organización

Como debemos organizarnos

Que decisiones debemos tomar

Que debemos saber,

Tipo de problema

Medios disponibles

Que debemos hacer

Coordinaciones

Decisiones

Avisos

Procedimientos

Diversos procedimientos de emergencia
Búsqueda / Rescate / Primeros auxilios / Evacuación
Coordinación y prioridades

3.- Técnicas

Objetivos: ¿que debemos hacer cuando alguien no aparece?, ¿que errores no debemos cometer?, ¿Cuan serio es un incidente?

Chequeo de lugares habituales
Elección de un sistema de búsqueda
Tipos de búsqueda
La Comunicación en procedimientos de búsqueda
Logística para un Equipo de Búsqueda

4.- Técnicas de rescate

Objetivos: ¿que tipos de situaciones podemos encontrar y que respuestas debemos generar ante estas?

4.1.- Situaciones y soluciones

Rescate Terrestre, Acuático y Aéreo
Rescate en Verano
Cantidad de gente involucrada
Gravedad del incidente
Tipo de terreno (Montaña/Bosque/Desierto/Lago/Mar/Río/Cañones),
Cercanía de un centro medico
Personal disponible (Cantidad/Capacidad/Disponibilidad),
Medios técnicos disponibles (Cantidad/Capacidad/Disponibilidad)

5- Técnicas de evacuación

Objetivos: ¿Que hago para tener la evacuación mas efectiva en una situación dada?

Elementos, Necesidades y posibilidades

Elementos Disponible
Transporte Primario
Transporte Secundario
Destino del Transporte
Comunicación

Imagen y concepto profesional

Objetivos: Dar una sólida base ética y moral a todos aquellos que trabajan en el turismo aventura. La profesión del guía es una profesión con gran mística y a la vez una gran libertad que es importante saber manejar a fin de evitar caer en actitudes perjudiciales.

IMAGEN: Aspecto Físico Profesional del Guía de Montaña: Vestimenta, Uniformes y emblemas distintivos, Capacidad física, Psicomotriz y Técnica acordes a la actividad.

CONCEPTO: Comportamiento Profesional: Voluntad de aprendizaje constante, Capacidad de Tolerancia y Convivencia, Capacidad de Transmisión de ideas y conceptos (tanto morales, éticos, culturales, técnicos y de seguridad), Vocación de servicio y colaboración. Prevención y cuidado para con los miembros del grupo

Conocimientos de equipos y materiales.

Objetivos: Dar una revisión a los equipos mas conocidos y fiables del mercado para la práctica del trekking estival, para las diferentes situaciones y necesidades que encontraremos.

Equipos y necesidades, la mejor solución

Mantenimiento y cuidado de los equipos

Práctica

Estos temas se complementarán en el Módulo de Fundamentales

Técnicas de campamento y vivac.

Objetivos: Dar conocimientos prácticos de las innumerables posibilidades de contar con una protección sea para dormir, como para otras actividades.

1.- Técnicas básicas

- Tipos de campamentos

- Seguridad

- Materiales

- Viento / humedad

- Organización de diversos tipos de campamento

- Instalación y consideraciones

2.- Uso de anafres, Preparación comida e Higiene

Programa No Deje Rastro.

Objetivos: Dar una visión profunda de los impactos a los que se ve sometida la naturaleza al aceptar el turismo y dar una amplia idea de las soluciones encontradas o de las pautas a seguir para hallarlas.

Taller teórico y práctico de técnicas de mínimo impacto

Técnicas de Supervivencia en Verano

Objetivos: Dar conocimientos prácticos de cómo actuar ante condiciones extremas en verano.

- Improvisación

- Supervivencia

- Materiales

- Protección efectiva

Módulo de Invierno

Organización, planificación y gestión de actividades de trekking en invierno.

Objetivos: Dar a los alumnos las bases que le permitan desarrollar una adecuada implementación de sus actividades.

A) Planificación General Previa de la guiada en invierno.

- a) Factores Humanos: Objetivos del Cliente / Realidades del Cliente / Disponibilidad de tiempo / Disponibilidad Económica / etc.
- b) Factores Naturales: Estacionales / Dificultad Físico-Técnica / Accesos / Vías de Escape / Planes Alternativos.
- c) Logística: Transporte / Comunicaciones / Infraestructura / Abastecimiento / Equipos / Alimentación / Asistencia / Administrativos
- d) Protocolos de Seguridad

B) Planificación Específica de cada jornada.

- f) Elección del Itinerario: Previo y durante la guiada / Lectura del Terreno (dificultades técnicas y riesgos)
- g) Planificación de Horas de Marcha.
- h) Planificación de Paradas y descansos (Hidratación, Gastronómicos, Fisiológicos, etc.)
- i) Consideración de Puntos de Interés (Paisajísticos, fotográficos, informativos, etc.)
- j) Planificación de Planes Alternativos.

Evaluación de terreno, selección y búsqueda y otros.

Objetivos: Dar las pautas básicas para saber como conducir adecuadamente un grupo de personas y como manejar las diversas variables que se pueden presentar en condiciones invernales haciendo hincapié en los peligros de avalanchas.

- a) Planificación de la Guiada Invernal (o en Terreno Nevado).
- b) Elección del Itinerario
- c) Lectura del Terreno y sus Riesgos (Objetivos y Subjetivos)
- d) Equipamiento

Manejo de grupos.

Objetivo: Repasar aquellas técnicas y conceptos enseñados en el Módulo de Verano para entender y manejar las diversas situaciones que se presentan dentro de un grupo humano ante las extremas situaciones que se pueden presentar en zonas nevadas.

Pautas de Comportamiento (Prevención): Manejo de Grupo
Manejo de Grupos y Liderazgo en áreas con nieve

Técnicas de progresión en terreno nevado y mixto. Nivel 1.

Objetivo general del Nivel 1, 2 y 3: Dar las pautas básicas para saber como guiar adecuadamente un grupo de personas en nieve insistiendo en la técnica personal del guía y cómo transmitir esta técnica específica a los clientes.

1. Nieve Blanda: Apertura de Huella. Técnica Individual, sin grampones. Ascenso, descenso, travesías horizontales y diagonales.
2. Nieve Semi-Dura: Apertura de Huella con “Canteo” y/o “Punteo” (sin grampones). Ascenso, Descenso y travesías.
3. Nieve Dura y Semi-Dura: Progresión con grampones, Técnica Clásica “10 Puntas” frontal. Ascenso, descenso, travesías.
4. Uso del Bastón (de esquí) y de la Piqueta como bastón.
5. Remoción del “Sueco” de nieve.

Técnicas de progresión en terreno nevado y mixto. Nivel 2.

1. Progresión con grampones, Técnica “10 Puntas” Diagonal.
2. Cambio de dirección “cara a monte”.
3. Progresión Tec. “10 Puntas” Cruzada Anterior.
4. Cambio de dirección “cara a valle”
5. Tallado de escalones (con Piqueta pala)
6. Progresión Frontal “12 Puntas” y Piqueta con apoyo de pico.

Técnicas de progresión en terreno nevado y mixto. Nivel 1.

1. Progresión “10 Puntas” Cruzada a Máxima Pendiente.
2. Progresión Mixta (“10 y 12” Puntas alternados)
3. Progresión Frontal con Piqueta en tracción.
4. Autofrenado Individual

Detención Individual durante una caída en nieve de diversas durezas:

- 1- Sin herramienta: tan solo con pies y manos
- 2- Con bastón de esquí
- 3- Con piqueta

Seguridad, Prevención y Manejo de riesgos

Objetivos: Llevar lo aprendido en el módulo de verano a situaciones invernales dando las herramientas necesarias para prevención de riesgos, así como para el manejo de situaciones de emergencias desde las mas simples hasta aquellas que implican grandes problemas

Introducción al manejo del Riesgo I

Evaluación de riesgos en terrenos nevados

Introducción al manejo del Riesgo II

Cruce de laderas sospechosas de avalanchas

Imagen y concepto profesional

Objetivos: Dar una sólida base ética y moral a todos aquellos que trabajan en el turismo aventura. La profesión del guía es una profesión con gran mística y a la vez una gran libertad que es importante saber manejar a fin de evitar caer en actitudes perjudiciales.

IMAGEN: Aspecto Físico Profesional del Guía de Montaña: Vestimenta, Uniformes y emblemas distintivos, Capacidad física, Psicomotriz y Técnica acordes a la actividad.

CONCEPTO: Comportamiento Profesional: Voluntad de aprendizaje constante, Capacidad de Tolerancia y Convivencia, Capacidad de Transmisión de ideas y conceptos (tanto morales, éticos, culturales, técnicos y de seguridad), Vocación de servicio y colaboración. Prevención y cuidado para con los miembros del grupo.

Conocimientos de equipos y materiales de invierno.

Objetivos: Dar una revisión a los equipos mas conocidos y fiables del mercado, para las diferentes situaciones y necesidades que encontraremos.

Equipos y necesidades, la mejor solución

Mantenimiento y cuidado de los equipos

Práctica

Estos temas se complementarán en el Módulo de Fundamentales

Técnicas de campamento y vivac en nieve

Objetivos: Dar conocimientos prácticos de las innumerables posibilidades de contar con una protección sea para dormir, como para otras actividades.

Técnicas básicas y avanzadas en nieve:

- Tipos de campamentos invernales

- Seguridad

- Materiales

- Nieve/ Viento / humedad/ Otros peligros objetivos

- Organización de diversos tipos de campamento

- Instalación y consideraciones de campamentos invernales

- Construcción de Igloo

Técnicas de Supervivencia en nieve.

Objetivos: Dar conocimientos prácticos de cómo actuar ante condiciones extremas en nieve.

- Improvisación

- Supervivencia

- Materiales

- Protección efectiva

Prevención, búsqueda y rescate en nieve y avalanchas.

Objetivos: El mayor peligro que acecha en invierno son las avalanchas. El estar preparado y saber cómo actuar puede salvar la vida de nuestros clientes y la nuestra. La entrega de conocimientos básicos en este apartado tienden a minimizar este riesgo.

- a) Búsqueda con A.R.V.A. (Aparato de Rescate a Víctima de Avalancha)
- b) Sondeo
- c) Autorescate
- d) Rescate Organizado
- e) Asistencia a las Víctimas de Avalancha

Maniobras de seguridad con cuerdas.

Objetivos: La cuerda es un elemento común a todos los deportes por lo que su correcto conocimiento y uso es de gran valor. Aquí se deben dar las pautas básicas de uso y posibilidades.

A) Asistencia al Cliente (sin cuerda): Posición de asistencia al cliente en pendientes nevadas con exposición a caída.

B) Técnica “Cuerda Corta”:

- Repaso de la Introducción (Mod. Verano)
- Incorporación del Arnés de Escalada y Nudo Autobloqueante al Arnés.
- Prácticas en Pendientes Nevadas y Terreno mixto: ascenso, descenso y travesías.
- Resaltes Rocosos y nevados: Método de “Distanciamiento”. Ascenso y descenso.
- Frenado de la Cordada. (De uno y dos clientes)

C) Maniobras:

- Anclajes Naturales, Artificiales y Humanos.
- Métodos de aseguración: Nudos. Desde Anclajes naturales, artificiales y de cuerpo.
- Fijado de cuerdas.

Módulo de Fundamentales

Día 1: De 9:00 a 10: 30 Historia Internacional y Cultura
De 11:00 a 12:30 Psicología y relaciones publicas

De 14:00 a 15:30 Anatomía y fisiología humana
De 16:00 a 17:30 Protección del medio ambiente

Día 2: De 9:00 a 10:30 Historia Nacional y Cultura
De 10:30 a 12:30 Biomecánica y medicina deportiva

De 14:00 a 15:30 Geografía Internacional
De 16:00 a 17:30 Fauna y flora de la montaña

Día 3: De 9:00 a 10:30 Geografía Nacional
De 10:30 a 12:30 Protección del medio ambiente

De 14:00 a 15:30 Pedagogía General y manejo de Grupos
De 16:00 a 17:30 Geología de la montaña

Día 4: De 9:00 a 10:30 Glaciología, Nivología, mete reología
De 10:30 a 12:30 Cartografía y orientación.

De 14:00 a 15:30 Materiales y equipos
De 16:00 a 17:30 Física aplicada a la seguridad en montaña

Día 5: De 9:00 a 10:30 Radiocomunicaciones
De 10:30 a 12:30 Socorrismo en montaña

De 14:00 a 15:30 Glaciología, Nivología, mete reología
De 16:00 a 17:30 Cartografía y orientación

Día 6: De 8:00 a 18: 00 Prácticas de campo

Día 7: De 9:00 a 10: 30 Historia Internacional y Cultura
De 11:00 a 12:30 Psicología y relaciones publicas

De 14:00 a 15:30 Anatomía y fisiología humana
De 16:00 a 17:30 Protección del medio ambiente

Día 8: De 9:00 a 10:30 Historia Nacional y Cultura
De 10:30 a 12:30 Biomecánica y medicina deportiva

De 14:00 a 15:30 Geografía Internacional
De 16:00 a 17:30 Fauna y flora de la montaña

Día 9: De 9:00 a 10:30 Geografía Nacional
De 10:30 a 12:30 Protección y medio ambiente

De 14:00 a 15:30 Pedagogía General y manejo de Grupos
De 16:00 a 17:30 Geología de la montaña

Día 10: De 9:00 a 10:30 Glaciología, Nivología, meteorología
De 10:30 a 12:30 Cartografía y orientación

De 14:00 a 15:30 Materiales y equipos
De 16:00 a 17:30 Radiocomunicaciones

Día 11: De 9:00 a 10:30 Socorrismo en montaña
De 10:30 a 12:30 Física aplicada a la seguridad en montaña

De 14:00 a 15:30 Glaciología, Nivología, meteorología
De 16:00 a 17:30 Cartografía y orientación

Día 12: De 8:00 a 18:00 Prácticas de campo

Día 13: De 8:00 a 18:00 Exámenes escritos de las distintas materias.