



Curso de Iniciadores de Canyoning

Serra da Freita 20 a 26 de Setembro

Organização

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal/Escola Nacional de Montanhismo (FCMP/ENM) e Fédération Française de Speleologie/École Française de Descente de Canyon (FFS/EFDC)

Director do curso: Francisco Leitão (Secretário da ENM)

Director Técnico do Curso: Laurent Poubiant (Presidente Adjunto da FFS/EFDC)

Coordenador do curso: Pedro Cuiça (Director Técnico de Montanha da FCMP/ENM)

Apoio:

Instituto do Desporto de Portugal (IDP)

Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative (MJSVA)

Destinatários

Desportistas federados, com manifesta experiência na área do Canyoning, interessados na condução de grupos em canyons.

Objectivos do curso

O Iniciador é o primeiro nível de formação que permite o enquadramento de grupos e, como tal, o curso deve:

- 1) Permitir a aquisição das técnicas de progressão pessoais, de equipamento de canyons e de enquadramento de grupos em canyons de cotação máxima de 3-3-II;
- 2) Disponibilizar os conhecimentos necessários para organizar e promover actividades em canyons de cotação máxima de 3-3-II;
- 3) Permitir a identificação e definição de itinerários em canyons, bem como a elaboração dos respectivos topos;
- 4) Permitir a descoberta do canyoning no seio de um clube ou de outra estrutura federativa;
- 5) Fornecer os conhecimentos considerados suficientes para a assistência técnica a entidades no âmbito do canyoning, a um nível de iniciação/descoberta.

Competências da titulação

Os formandos que obtenham a classificação final de Apto ficam capacitados para exercer as competências próprias de um Iniciador de Canyoning no âmbito federativo, segundo as normativas da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal/Escola Nacional de Montanhismo (FCMP/ENM) e da Fédération Française de Speleologie/École Française de Descente de Canyon (FFS/EFDC).

- O diploma de Iniciador valida as competências que permitem enquadrar, nas melhores condições possíveis de segurança, um grupo de pessoas no quadro de uma actividade de iniciação/descoberta de um canyon de dificuldade máxima 3-3-II. O tamanho do grupo deve ser no máximo de seis pessoas. Um Iniciador não pode, em nenhum caso, unir cordas para equipar uma vertical.
- É quadro técnico da ENM e do clube de que é portador de Carta de Montanhismo.
- É quadro técnico de estágios e/ou cursos de níveis técnicos inferiores ou equivalentes a Iniciador.
- Pode assistir um Monitor ou um Instrutor noutras circunstâncias que não as descritas acima.

Calendarização

O curso decorre de 20 a 26 de Setembro de 2007.

ATENÇÃO: A recepção dos participantes processa-se a partir das 9 horas de quinta-feira (dia 20 de Setembro), o curso inicia-se às 10 horas desse dia e decorre em **regime de permanência contínua** até às 21 horas de quarta-feira (dia 26 de Setembro).

Requisitos de acesso ao curso

Os candidatos ao curso devem:

- 1) Possuir licença desportiva (Carta de Montanhismo) válida para o ano em curso;
- 2) Possuir 18 ou mais anos de idade;
- 3) Ter concluído o 9º ano de escolaridade;
- 4) Entregar currículo desportivo que demonstre experiência na prática de Canyoning.

NOTA: No caso de os interessados serem em maior número do que as vagas no curso, a selecção será feita com base no currículo desportivo e na antiguidade da Carta de Montanhismo. Os participantes no **Curso de Monitores de Canyoning (2003)**, que não finalizou, têm **prioridade de acesso** sobre os outros candidatos e pagarão uma taxa de inscrição em **condições especiais (50 €)**.

Condições de inscrição

Prazo limite de inscrição: 7 de Setembro

Envio de documentação:

Escola Nacional de Montanhismo (ENM)
 Av. Coronel Eduardo Galhardo nº 24D – 1199-007 Lisboa
 Tel.: +351 218 126 890
 Fax: +351 218 126 918
 E-mail: enm@fcmpportugal.com

Documentação:

- 1) Fotocópia do BI
- 2) Fotocópia do certificado de habilitações literárias
- 3) Currículo desportivo (no âmbito do Canyoning)
- 4) Cheque correspondente ao pagamento do curso (**200 €**) ou cópia do comprovativo de transferência bancária para a conta da Caixa Geral de Depósitos NIB: 003503550000412353053;
- 5) Impresso de inscrição devidamente preenchido

Equipamento necessário

Os participantes devem possuir o equipamento individual utilizado normalmente em actividades de Canyoning, dando-se particular destaque aos seguintes *itens*: fato e meias de neoprene, capacete, arnês, descensor, longe dupla, mosquetões, calçado adequado. É igualmente necessário levar um saco-cama, toalhas e artigos de higiene pessoal.

Local onde se realiza o curso

Parque de Campismo do Merujal/Serra da Freita

Número de participantes

Será aceite a participação de 12 formandos inclusive.

Custos

200 € (por participante)

Inclui: formação, documentação, alojamento e alimentação.

Atenção: o transporte até ao local de realização do curso será a cargo dos formandos.

Formadores

Instrutores de Canyoning da FFS/EFDC e Monitores de Canyoning da FCMP/ENM

Duração e estruturação

O Curso de Iniciadores de Canyoning tem a duração de sete dias e desenvolve-se no seguinte modelo:

- Dois dias de testes de pré-requisitos com base dos quais os candidatos serão orientados:
 - 1) para a prossecução da formação/avaliação do Curso de Iniciadores;
 - 2) para um programa de formação pessoal adaptado ao seu nível.
- Cinco dias de formação/avaliação com base nos quais o candidato deve obter um parecer favorável da equipa de formadores para obter a titulação de Iniciador.

O módulo teste técnico pode ser organizado de forma distinta e distinta do estágio de cinco dias reagrupando os módulos 1, 2 e 3.

MÓDULO 0: Preparação facultativa. (Estágio de formação pessoal 1º nível).

MÓDULOS TESTES TÉCNICOS: 2 dias

- Unidade 1: Progressão
- Unidade 2: Equipamento
- Unidade 3: Conhecimento da actividade.

MÓDULO 1: Técnica (2 dias)

- Unidade 1: Técnicas de progressão
- Unidade 2: Sensibilização para as águas vivas
- Unidade 3: Jornada de aplicação em canyon

MÓDULO 2: Meio natural – Assistência a vítima (2 noites)

- Unidade 1: Conhecimento do meio natural (1 noite durante o M1 e o M3 U1)
- Unidade 2: Assistência a vítima (1 noite)

MÓDULO 3: Enquadramento/iniciação (3 dias)

- Unidade 1: A preparação de uma saída (definição de objectivos, etc.)
- Unidade 2: Técnicas de enquadramento
- Unidade 3: Enquadramento de uma acção de formação: estágio ou curso
- Unidade 4: Enquadramento na posição de líder
- Unidade 5: Enquadramento na posição de equipador