



CURSO DE SUPERVIVENCIA

Una excursión por la montaña que “se torció”, un accidente en un entorno hostil, viajes en 4x4... “Cuando nos dimos cuenta, estábamos perdidos y quedaba una hora de luz solar”, una torcedura de tobillo a 10km del coche, un viaje por el desierto, sureste asiático, o por las Bardenas Reales de Navarra... Si algo de esto ocurre, lo importante es saber qué vamos a hacer y cómo. Una situación de supervivencia nos puede sobrevenir sin previo aviso, aunque también podemos practicar por inquietud personal o porque nos guste disfrutar de la naturaleza a un nivel más profundo, en cuyo caso practicaríamos bushcraft, seríamos expertos en técnicas de supervivencia y llegaríamos a fundirnos con el entorno.

Nunca se sabe lo que puede ocurrir, así que mejor, estar preparado. Pero si esta afirmación te parece exagerada, piensa que nunca está de más disfrutar de nuevas experiencias. Y si además es sobre una materia tan interesante y emocionante como la supervivencia en la naturaleza ¡no lo dudes!

Nuestros cursos de supervivencia están dirigidos a cualquier persona, que por cualquier motivo, esté interesada en saber desenvolverse en la naturaleza utilizando para su bienestar lo que la propia naturaleza nos da, sus propias aptitudes y utilizar menos de equipo.

Nuestros cursos de supervivencia están recomendados a padres e hijos, familias, grupos de amigos, grupos de trabajo, chicos, chicas, mayores, jóvenes... A todo el mundo. Las prácticas de supervivencia fomentan el trabajo en equipo, el compañerismo y la autoestima. Y crean vínculos irrompibles.

LOS MONITORES: Somos expertos en supervivencia. Nos encanta vivir en el monte con poco o nada. Al menos, con lo realmente imprescindible. Algunos somos expertos en técnicas de supervivencia en todos los entornos. Otros, técnicos deportivos en montaña. Todos, practicamos bushcraft y disfrutamos enseñando y aprendiendo.

LA UBICACIÓN: La sierra de Ayllón es nuestra zona de actuación. En especial, los alrededores del macizo del Pico del Lobo. Un entorno boscoso de pino silvestre, robledales y algún hayedo. Altitudes entre los 1300m y los 2270m de altitud. Un entorno con fauna diversa, como corzos, zorros, jabalíes, etc. Incluso lobos... Las temperaturas, dependiendo de la época del año, varían mucho. Recomendamos consultar que tipo de saco y ropa es la más conveniente.

Las materias principales son:

- Situación de Alerta y de Emergencia. ¿Cuándo entramos en situación de supervivencia?
- El Factor Humano. El grupo. Organización: un buen grupo, se organiza para realizar un efectivo trabajo en equipo.
- El Refugio: tarp, poncho y medios naturales.

ESCUELA DE SUPERVIVENCIA Y BUSHCRAFT

www.multiaventuracampobase.com

673752936

lapinilla@multiaventuracampobase.com



- El campamento: estructura y distribución.
- Meteorología: ¿Qué tiempo va a hacer? ¿Dónde puedo verlo? ¿Está cambiando el tiempo?
- Manejo de cuchillo y herramientas cortantes. Seguridad y talla.
- El Fuego: Por fricción con arco, fire Steel y lupa.
- El Agua: Filtrado y purificación. Hervido, pastillas, filtros comerciales y filtros naturales. Características del agua en el medio natural.
- Primeros Auxilios: el botiquín. Valoración de un accidentado. La comodidad y estabilidad del paciente. Posición lateral de seguridad. Inmovilizaciones, hemorragias e hipotermia.
- Actuación en caso de emergencia médica: protocolo a seguir. Organización del grupo y funciones. Comunicaciones. PAS.
- Evacuación de un accidentado: medios improvisados.
- La comida: calorías necesarias. Raciones de emergencia. Nociones básicas sobre la caza. Vegetales.
- Rápel y escalada. Seguridad, cordada, diferentes medios para rapelar.
- Orientación elemental: Plano, brújula, coordenadas. Nocturna: Luna, estrellas, constelaciones.

Las materias complementarias son:

- El equipo personal. Ropa y material. Relación entre equipo, peso y necesidades.
- Cordelería, Cabuyería, botánica.
- Desplazamiento del grupo.

Estructura del curso:

Dado el elevado número de materias a tratar, los cursos se planifican con respecto a las materias principales y las secundarias completarán los ratos entre materias o durante las marchas. Los cursos pueden ser de dos o tres días, dependiendo del calendario, teniendo los de dos días un horario más extenso para abarcar el mismo contenido.

Alojamiento: los participantes pueden pernoctar vivaqueando en los puntos indicados por la organización, siempre que tengan el equipo necesario dependiendo de las temperaturas y condiciones meteorológicas. Los que no quieran, pueden recurrir a la amplia oferta de alojamientos que hay por la zona. En tal caso, os informaríamos de los más cercanos.

ESCUELA DE SUPERVIVENCIA Y BUSHCRAFT

www.multiaventuracampobase.com

673752936

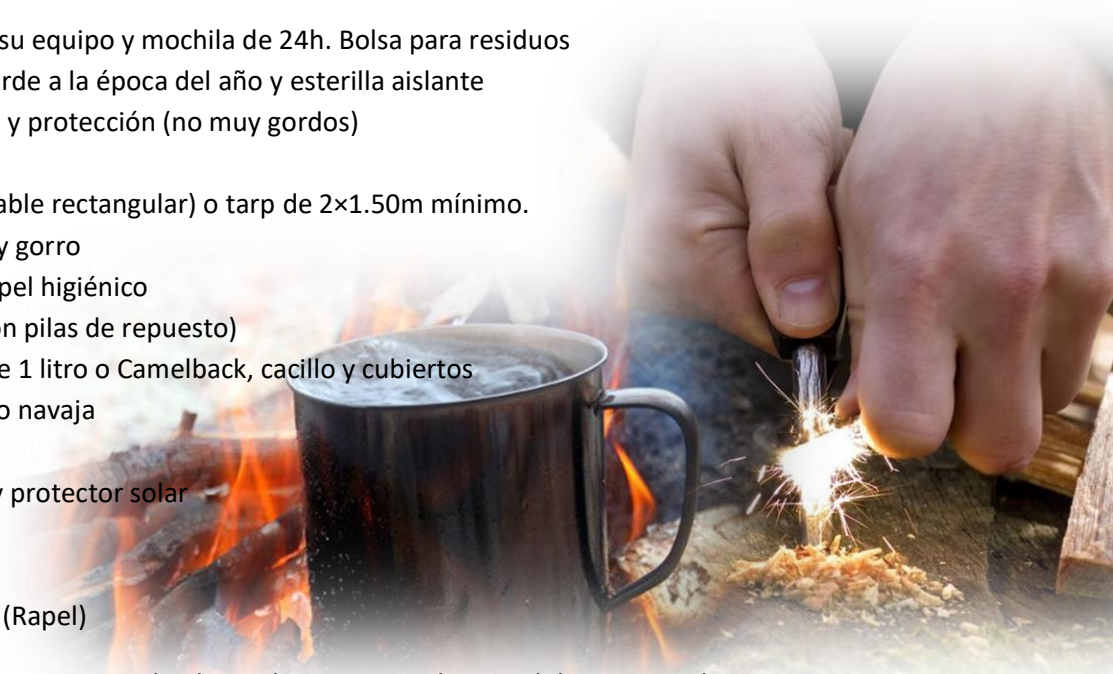
lapinilla@multiaventuracampobase.com



Manutención: Los participantes han de traer su propia comida y calentadores. Tendremos un espacio habilitado a tal fin. La organización proporcionará fruta, como alimento mínimo de subsistencia.

Equipo necesario por participante:

- Mochila para todo su equipo y mochila de 24h. Bolsa para residuos
- Saco de dormir acorde a la época del año y esterilla aislante
- Guantes de trabajo y protección (no muy gordos)
- Botas de monte.
- Poncho. (Impermeable rectangular) o tarp de 2x1.50m mínimo.
- Chaquetón, jersey y gorro
- Aseo personal y papel higiénico
- Linterna frontal (con pilas de repuesto)
- Una Cantimplora de 1 litro o Camelback, cacillo y cubiertos
- Cuchillo de monte o navaja
- Cuaderno y lápiz
- Botiquín personal y protector solar
- Silbato
- Manta térmica
- Mosquetón y ocho (Rapel)



Condiciones físicas: Apto para todo el mundo. Haremos alguna salida corta por los alrededores.

Precio I.V.A. Incluido: Curso de dos días: 175€ Curso de tres días: 225€

Incluye:

-Seguro de accidentes

-Material dependiendo de las necesidades del curso (Fire Steel, brújula, planos, cordino de escalada, casco, Mosquetón y descensores para Rapel)

NOTA: Los cursos comienzan a las 09:00h del primer día y terminan, el último día, a las 14:00h los de tres días y a las 17:00h los de dos, pudiéndose pernoctar desde el día anterior.

INFORMACIÓN Y RESERVAS: Para ampliar la información o para realizar la reserva, contactar con nosotros, por mail o teléfono (673752936 lapinilla@multiaventuracampobase.com)

¡PLAZAS LIMITADAS! UNA VEZ CUBIERTAS LAS PLAZAS, SE PASARÁ A LA LISTA DE RESERVA POR SI HUBIESE ALGUNA BAJA DE ÚLTIMA HORA (EN ESTRICTO ORDEN DE SOLICITUDES)

ESCUELA DE SUPERVIVENCIA Y BUSHCRAFT

www.multiaventuracampobase.com

673752936

lapinilla@multiaventuracampobase.com