



Generalitat de Catalunya
**Departament d'Educació
i Formació Professional**
**Institut Centre d'Esports
de Muntanya del Pallars**



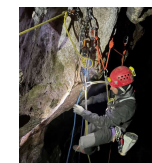
Plaça de les Pobles, s/n
25500 La Pobla de Segur (Lleida)
Tel. 973 681 590

Prova Específica d'Accés CF d'Espeleologia (TD2)

Descripció de la prova específica d'accés al CF d'Espeleologia (TD2)

Primera PROVA (Prova de selecció de material)		
Objectiu	Contingut	Valoració
Seleccionar el material tècnic espeleològic i l'equip esportiu personal necessari per a les cavitats de classe cinc amb curs hídric actiu, identificant les característiques, avantatges i inconvenients, i descrivint el control i manteniment dels materials.	Es presenta a la persona aspirant un supòsit pràctic en què es descriu una cavitat amb curs hídric actiu i recorregut aquàtic i una activitat fictícia que cal portar a terme, seleccionant el material personal necessari i responent a les preguntes del tribunal sobre característiques, control, manteniment i emmagatzematge.	• S'ha descrit el procés de control del material espeleològic aquàtic de seguretat, indicant els punts que s'han de tenir en compte. • S'han enumerat els criteris emprats per decidir la baixa o el manteniment en l'ús del material. • S'ha comprovat que el material compleix les exigències sobre homologació i caducitat. • S'ha descrit la utilitat, indicant avantatges i inconvenients, dels següents materials: ○ neoprè, ○ vestit sec, ○ bot neumàtic.

+ Informació a:
icempallars@icempallars.net
Segueix-nos a l'Instagram
@icempallars
Omple el [Formulari](#) si t'interessa rebre assessorament !





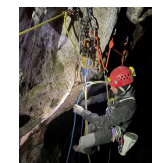
Generalitat de Catalunya
**Departament d'Educació
i Formació Professional**
**Institut Centre d'Esports
de Muntanya del Pallars**



Plaça de les Pobles, s/n
25500 La Pobla de Segur (Lleida)
Tel. 973 681 590

		• S'ha seleccionat el material esportiu individual atenent a: ○ la dificultat del recorregut, ○ la morfologia i característiques i hidrològiques de la cavitat, ○ el nivell de destresa dels esportistes, ○ la durada de l'activitat, ○ les condicions climatològiques previstes, ○ la morfologia de l'esportista, ○ la seguretat de l'activitat, ○ les eines i materials de reparació. • S'han descrit les característiques del material espeleològic aquàtic identificant: ○ els elements que l'integren, ○ les característiques, ○ la cura dels materials, ○ les maniobres d'emmagatzematge. • S'ha elaborat la llista i les fitxes individuals de control i estat d'ús del material esportiu relacionat.
--	---	--

+ Informació a:
icempallars@icempallars.net
Segueix-nos a l'Instagram
[@icempallars](#)
Omple el [Formulari](#) si t'interessa rebre assessorament !





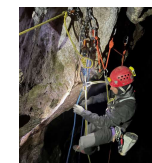
Generalitat de Catalunya
**Departament d'Educació
i Formació Professional**
**Institut Centre d'Esports
de Muntanya del Pallars**



Plaça de les Pobles, s/n
25500 La Pobla de Segur (Lleida)
Tel. 973 681 590

Segona PROVA (Prova d'equipament d'un circuit)		
Objectiu	Contingut	Valoració
Equipar un circuit d'espeleologia, aplicant els protocols de seguretat i les tècniques adequades.	Es presenta a la persona aspirant un circuit d'espeleologia d'almenys 50 metres de longitud, d'ancoratge a ancoratge, sobre una paret o rocòdrom instal·lat amb diversos tipus de fixacions (spit ancoratge d'anella, químic, naturals) que haurà d'equipar amb els corresponents ancoratges i connectors en un temps inferior a 30 minuts.	• S'ha equipat el circuit amb almenys les següents dificultats: ○ un fraccionament en ascens, ○ un fraccionament en descens, ○ un pèndol, ○ un pas de nus en descens, ○ dues desviacions successives, ○ un passamà horitzontal, ○ un passamà que superi un desnivell, ○ un telefèric, ○ una tirolina. • S'han respectat els protocols de seguretat en l'equipament del circuit. • S'ha realitzat l'equipament del circuit complet en un temps inferior a 30 minuts des de la presentació del circuit fins a l'acabament de l'equipament.

+ Informació a:
icempallars@icempallars.net
Segueix-nos a l'Instagram
@icempallars
Omple el [Formulari](#) si t'interessa rebre assessorament !

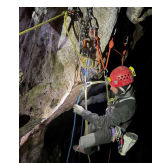




Plaça de les Pobles, s/n
25500 La Pobla de Segur (Lleida)
Tel. 973 681 590

Tercera PROVA (Prova de natació)		
Objectiu	Contingut	Valoració
Superar dificultats aquàtiques de la cavitat utilitzant tècniques de natació i busseig.	<u>Exercici I.</u> Saltar a l'aigua des d'una altura d'almenys 4 metres, realitzant la recepció de forma equilibrada, i nedar 100 metres en aigües tranquil·les, amb vestit de neoprè, d'entre 3 i 5 mil·límetres de grossor, sense un altre material de progressió addicional. <u>Exercici II.</u> Submergir-se a una profunditat de 2,5 metres, amb vestit complet de neoprè, i extreure un objecte de l'equip, (mosquetó, descensor, bloquejador, etc.) fins a la superfície. <u>Exercici III.</u> Travessar nedant, amb vestit de neoprè complet d'entre 3 i 5 mm, un corrent d'aigua amb la corda d'assegurança agafada a una mà i assegurat per un company des de la vora.	• S'ha realitzat l'exercici I de natació utilitzant tècniques de natació per progressar en l'aigua amb eficàcia, mantenint el ritme i garantint la seguretat pròpia i la conservació del material en un temps. • S'ha realitzat l'exercici II de natació utilitzant les tècniques de natació en apnea superant un obstacle per sota de l'aigua, recuperant el material enfonsat. • S'ha realitzat la travessia d'un curs d'aigua, descrit en l'exercici III de natació assegurat per una corda. • S'ha realitzat la travessia d'un curs d'aigua, descrit en l'exercici IV de natació, mitjançant una tirolina obliqua. • S'ha demostrat la tècnica d'embarcament i desembarcament, en aigües tranquil·les, en un bot neumàtic amb seguretat i equilibri en un únic intent (exercici V).

+ Informació a:
icempallars@icempallars.net
Segueix-nos a l'Instagram
@icempallars
Omple el [Formulari](#) si t'interessa rebre assessorament !

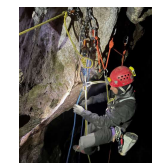




Plaça de les Pobles, s/n
25500 La Pobla de Segur (Lleida)
Tel. 973 681 590

	<u>Exercici IV.</u> Travessar, amb vestit de neoprè complet d'entre 3 i 5 mil·límetres i en posició de seguretat, un corrent d'aigua a través d'una tirolina obliqua, a la qual s'ancorarà un mosquetó que es porta agafat d'una mà. <u>Exercici V.</u> Realitzar l'embarcament i desembarcament en un bot neumàtic situat en pla d'aigües tranquil·les, mantenint l'estabilitat.	• Cadascun dels exercicis es realitzarà en un únic intent. • Els exercicis I, II, III i IV es realitzaran en un temps que no superi un 10% de l'establert per la tècnica o tècnic esportiu en espeleologia que va marcar la prova.
Quarta PROVA (Prova d'acampada)		
Objectiu	Contingut	Valoració
Pernoctar en el medi natural en zones, preparades o no per a això, utilitzant tècniques d'acampada i/o bivac, per estar protegit.	Es presenta a la persona aspirant un supòsit pràctic en què es descriu una cavitat i una fictícia activitat a realitzar en ella perquè justifiqui l'elecció del lloc d'acampada o bivac i els elements d'acampada o bivac més adequats: tendes o hamaca. Ha de realitzar la	• S'ha seleccionat el lloc d'acampada o bivac en funció de la seva ubicació i de la seva funcionalitat, assegurant la seva protecció davant els perills naturals objectius, com a caiguda de pedres, revinguda de rius, abast de llamps o excés de vent, garantint així la seguretat durant la pernoctació.

+ Informació a:
icempallars@icempallars.net
Segueix-nos a l'Instagram
@icempallars
Omple el [Formulari](#) si t'interessa rebre assessorament !





Generalitat de Catalunya
**Departament d'Educació
i Formació Professional**
**Institut Centre d'Esports
de Muntanya del Pallars**



Plaça de les Pobles, s/n
25500 La Pobla de Segur (Lleida)
Tel. 973 681 590

	distribució i instal·lació dels diferents elements que conformen l'acampada i/o bivac, la quantificació del material necessari en funció de l'activitat i el grup. Així mateix, ha de justificar les mesures adoptades per respectar el medi.	• S'ha descrit la normativa d'acampada d'ús vigent. • S'ha instal·lat la tenda tenint en compte l'orientació, el tipus de terra, el pendent, les característiques de la tenda i les possibilitats d'ancoratge al terreny, per garantir la seguretat i el descans. • S'ha construït el bivac planificat o forçat per pernoctar utilitzant els materials disponibles i procurant confort i seguretat. • S'han seleccionant els llocs per cuinar, menjar i procedir amb les necessitats higièniques considerant criteris de seguretat, funcionalitat i ambientals. • S'han descrit accions per respectar l'entorn natural a tota hora, alterant-lo el menys possible durant la pernoctació.
--	--	--

+ Informació a:
icempallars@icempallars.net
Segueix-nos a l'Instagram
@icempallars
Omple el [Formulari](#) si t'interessa rebre assessorament !

