



Oficina de mínimo impacto
atividades de rapel
Mona Pão de Açúcar e Morro da Urca

Raphael Raine
Instrutor de escalada profissional
Certificado AGUIPERJ
Registro 028-09 I

Nas horas vagas...

- Mestre em Ciências Ambientais UVA
- Guia de Turismo Especializado em atrativos naturais. Senac Rio
- Turismólogo FACHA
- Docente UVA e Senac Rio

Onde estamos



Morro da Urca

- Caminhada – Hiking



Trilha de acesso ao cume do Morro da Urca

Morro da Urca - rampa face sul



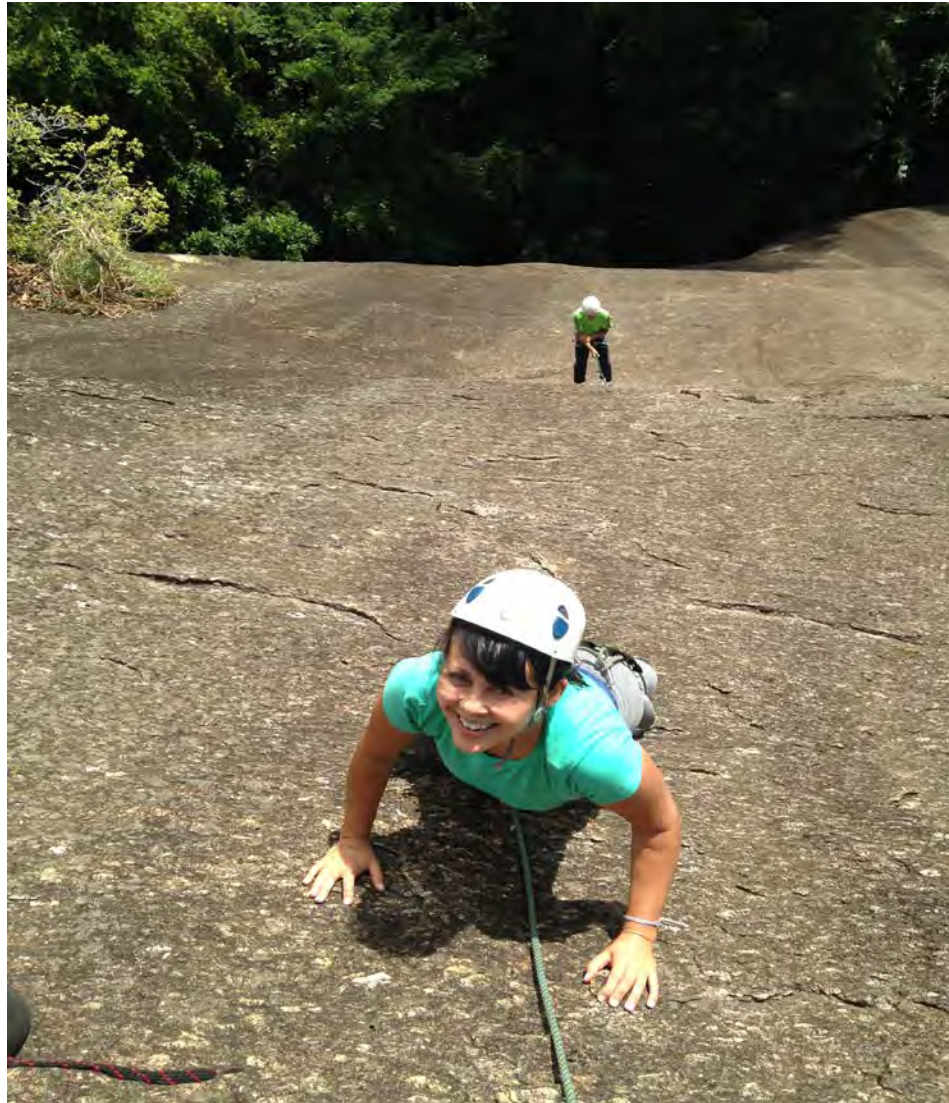
Morro da Urca face sul Coloridos



Morro da Urca face norte campo escola de escalada



Morro da Urca face norte



Boulder setor floresta



Photo: Joe Voador

Boulder setor Mar



Pão de Açúcar face oeste

- Escalada em Rocha



Pão de Açúcar face leste

Caminhada de aventura / Escalaminhada



Pão de Açúcar Face Norte



Pão de Açúcar Face sul



Problemas técnicos





CURSO DE RAPEL

GARRA "Grupo de Aventuras Rapel e Resgate em Altura"

Rapel Esportivo, Urbano, Resgate, Trabalhos em altura, Passareio, Tirolesa e Guia de Turismo

O **CURSO DE RAPEL**, é voltado para pessoas que queiram se tornar independentes na prática de atividades que utilizam as técnicas Verticais. O método de ensino é para pessoas que têm pouca ou nenhuma experiência com a utilização de cordas e equipamentos para atividades em altura. O curso tem duração de 2 dias, alternado entre aulas teóricas e práticas, abordando assuntos como: *Normas de segurança; Reconhecimento de equipamentos de segurança; Capacidade e técnicas de utilização dos equipamentos; Nomenclatura; Uso de cordas; cordeletes, fitas tubulares e cadeirinhas de escalada; Uso de mosquetões, freios, blocantes, e cordas de segurança (solteiras); Confeção de nós de Emendas, Ancoragem, Sustentação, Salvamento e Similares; Ancoragens e rapel; Técnicas de ascensão; Prática de Rapel de Costas, de Frente em Negativa e Invertido, Leppar, Transposição de cordas e blocagem, MKE, UIAA, saída de boca de lobo e rapel só com a corda*

Data: 18 e 19 ABR de 2015 (Sábado e Domingo).
Idade mínima: 16 anos (autorizado pelo responsável).
Investimento: R\$ 340,00 à vista ou 2x - R\$ 200,00
Incluso: Certificado, Apostila e Brevet do curso
Instrutores Especializados e Equipamentos para a prática durante o Curso

Não inclui: Despesas com alimentação e transporte.

Pagamento: Depósito em conta

Banco BRADESCO AG: 0309 C/C: 0092156-4

Favorecido: MARCIO MAGNO MARQUES GONÇALVES

CONFIRMAR DEPÓSITO ATÉ 11 DE ABRIL 2015

Local: - URCA - RJ

Horário: 1º DIA 18 ABR - de 09h às 12h aula teórica/prática. De 13h às 17h, aula prática (adaptação a altura)

Horário: 2º DIA 19 ABR - de 09h às 13h avaliação prática de "nós e ancoragens" e prática dos estilos de rapel, 15h às 17h conclusão e encerramento do curso com entrega de Certificado e Breve do curso.

Inscrição: **Necessário preencher a Ficha de Inscrição, reenviá-la por e-mail (rapelgarr@gmail.com.br), ou magno_mmg@yahoo.com.br**

OBS: Entrega de Certificado e Brevet: Será entregue no dia da Prova prática para aqueles que a concluírem, **os que não conseguirem concluir por motivo justificado, terão uma nova oportunidade que será agendada previamente.**

O que levar: 1º DIA: Roupas leves e confortáveis; calçado fechado tipo tênis; protetor solar, Toalha de mão, material de higiene pessoal, lanche (opcional, faremos intervalo para almoço).

2º DIA: Roupas leves e confortáveis; calçado fechado tipo tênis, Toalha de mão, casaca reserva, 2l d'água, protetor solar, saco plástico para lixo, material de higiene pessoal, lanche. Todo material deverá ser acondicionado em mochila.

A técnica do Rapel é utilizada mundialmente em diversas atividades e pode ser praticada de forma segura e consciente, desde que seus praticantes estejam treinados e habilitados para tal.

COORDENAÇÃO E INSTRUÇÃO:

Francisco Costa - Guia de Turismo; Inst. de Rapel Tel: 98752-1392 ou 999857-8631

Marcio Magno - Guia de Turismo; Inst. de Rapel Tel: 96421-1214 ou ID: 24*88119









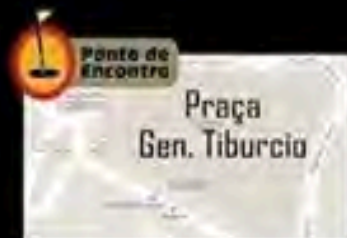


RAPEL BENEFICENTE

MORRO DA
URCA

 08:00
*Tolerância de 15min

 02/08



Atividade Completa
20,00 REAIS +
3 kg ALIMENTOS





A CBME - Confederação Brasileira de Montanhismo e Escalada é uma entidade de administração desportiva sem fins lucrativos

A CBME possui registro no Ministério do Esporte, sendo membro permanente da Comissão de Esportes de Aventura, órgão criado para promover estudos e propor ações sobre gestões estratégicas na área dos Esporte de Aventura.

Certificadora autorizada



Sustentabilidade



PROCESSO DE ADESÃO

- Formulário Padrão para entrega do Currículo de Escalada assinado e com foto;
- II - certificado de curso de primeiros socorros que tenha sido realizado nos dois últimos anos;
- III - certificado de curso de Auto-resgate que tenha sido realizado nos dois últimos anos;
- IV - atestado médico declarando estar apto à prática de esportes;
- V - caso ministre curso básico, plano de aulas englobando todas as matéria
- VI - comprovante de pagamento da taxa.



RENOVAÇÃO DO CERTIFICADO

- O CERTIFICADO terá vigência de 2 anos.
- O CERTIFICADO será renovado mediante pagamento de taxa e apresentação dos seguintes documentos e informações:
 - I - Formulário Padrão para entrega do Currículo de Escalada assinado e com foto, caso seja requisitado pelo departamento técnico;
 - II – os dois últimos certificados anuais de treinamento de primeiros socorros, organizados pela Aguiperj ou certificado de curso de primeiros socorros que tenha sido realizado nos dois últimos anos;
 - III - os dois últimos certificados anuais de treinamento de auto-resgate, organizados pela Aguiperj ou certificado de curso de auto-resgate que tenha sido realizado nos dois últimos anos;
 - IV - caso ministre curso básico e tenha feito mudança significativa desde a última certificação, apresentar plano de aulas englobando todas as matérias práticas e teóricas;



Pré requisitos instrutor de escalada

- Idade mínima de 18 anos.
- Apresentar atestado médico declarando ser apto para a prática de esportes.
- Estar de acordo e respeitar a ética da Aguiperj.
- Ter certificado de curso de primeiros socorros com carga horária de 32 horas, ou superior (validade máxima 2 anos).
- Ter certificado de curso de auto-resgate com carga horária mínima de 16 horas e que inclua, entre outros, os tópicos: escape de parada, ascensão, rapel assistido, resgate do guia, resgate do participante, sistemas de polia e evacuação da vítima.
- Escalar há pelo menos 5 anos.

O candidato deve ter guiado pelo menos 80 vias diferentes

- Em cada uma delas deve citar o nome da via, a duração da escalada, o grau, o(s) parceiro(s) com quem escalou e a data aproximada. Para tal deve preencher o [Formulário Padrão](#) para Instrutor de Escalada.
- Para o total de vias as proporções mínimas aceitáveis em relação a duração são:
 - 5 vias com duração D4 ou maior e;
 - 15 vias com duração D3 ou maior e;
 - 25 vias com duração D2 ou maior e;
 - 35 vias com duração D1 ou maior.
- [Exemplos de vias de D1 a D6.](#)
- Dentre as vias acima:
 - 25 vias devem ter o grau geral V ou superior.
 - 10 vias com lances obrigatoriamente protegidos em móvel. Destas pelo menos 1 via com parada móvel;
 - 3 vias com lances de artificial fixo e 3 vias com lances em artificial móvel;
 - 6 vias com lances em chaminé e 1 via ferrata;
 - 6 vias em regiões de serra.
- Além de 6 excursões diferentes em montanha com pernoite (caminhadas inclusive).

Avaliação

- Durante a avaliação candidato deve estar totalmente preparado para:
- Escalar com os Guias da Aguipej como se fossem clientes;
- Utilizar para segurança e rappel o freio '8', ATC®, Grigri® e mosquetões;
- Fazer ancoragens;
- Ascender por corda fixa utilizando nós auto-blocantes (pelo menos dois tipos);
- Estar preparado fisicamente para um longo dia de escaladas;
- Possuir em bom estado equipamento completo para escalada de D3;
- Estar apto a usar proteções móveis: hexentrics, stoppers, tri-cams e friends;
- Guiar à vista lances de V grau, confortavelmente;
- Guiar trabalhando lances de VI;
- Escalar chaminés, diedros e fissuras;
- Guiar lances em A2;
- Conhecer os sistemas de polia 3:1 e 2:1.

candidato também será avaliado nos seguintes itens:

- Orientação e preparação do cliente,
- Seleção de equipamento,
- Gerenciamento do tempo,
- Ancoragens,
- Escalada com múltiplos clientes,
- Escolha de métodos de segurança,
- Rapel e descidas com clientes,
- Escapes de parada,
- Métodos de ascensão improvisados,
- Avaliação do risco,
- Meteorologia, geologia e história natural,
- Segurança e bem estar do cliente,
- Comunicação e didática,
- Consciência ecológica.

Programa de Homologação de Profissionais de Montanhismo e Escalada CBME

- Programa de Homologação de Profissionais de Montanhismo e Escalada CBME
- CBME: DT-2016/01 - Programa de Homologação de Profissionais de Montanhismo e Escalada da CBME
- CBME: DT-2016/02 - Regulamento do Programa de Homologação de Profissionais de Montanhismo
- CBME: DT-2016/03 - Terminologia Aplicada no Sistema de Homologação de Profissionais de Montanhismo
- CBME: DT-2016/04 - Competências Mínimas para Guias de Montanha
- CBME: DT-2016/05 - Competências Mínimas para Instrutores de Escalada
- CBME: DT-2016/06 - Competências Mínimas para Guias de Caminhada
- CBME: DT-2016/07 - Competências Mínimas para Instrutores de Escalada Esportiva
- CBME: DT-2016/08 - Competências Mínimas para Condutores de Técnicas Verticais



Cursos homologados



Parque Nacional da Serra dos Órgãos



Resgate CEPI



Cursos e cooperação



Cooperação AGUIPERJ CBMERJ



NBRS 15398

NBR 15502

montanhismo e escalada técnicas verticais em corda

- Todas baseadas em normas UIAA e CBME.



Voo Livre



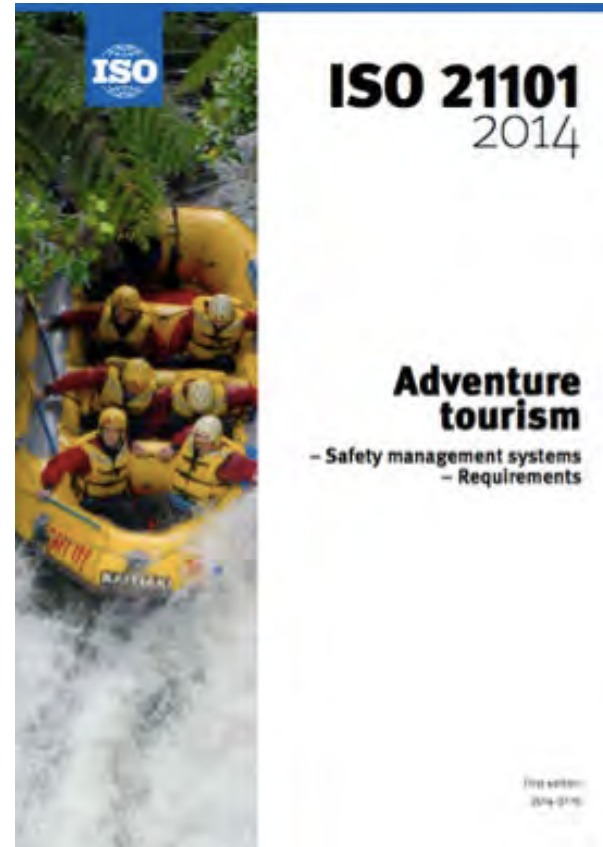
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE VÔO LIVRE



Mergulho



PADI
www.padi.com



1 passo legalizar o negócio
2 passo seguir normas
3 certificação

- CNPJ
- Cadastur
- ISO/NBR 21011
- ISO/NBR 21103
- ISO/NBR 21102
- Seguro facultativo
- Contrato de risco



21 99222-8806

FB RaphaRaine

Instagram RaphaRaine

raphael@curtirio.com.br

raphael@rapharaine.com.br