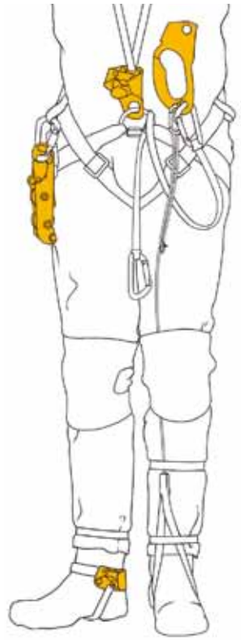
Consejos **Técnicas**

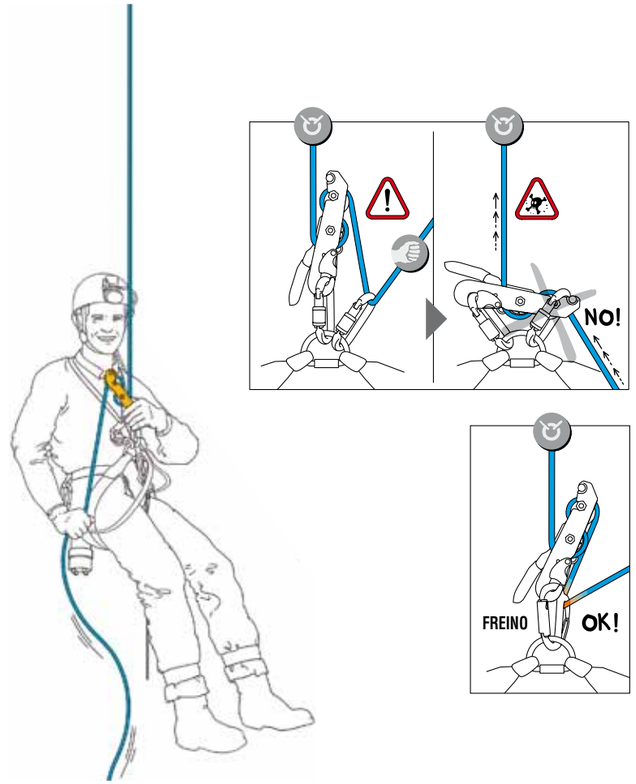
A. Colocación del equipo



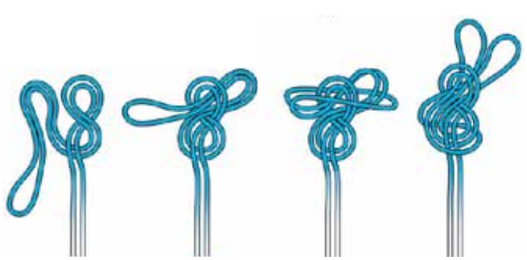
Coloca el elemento de amarre a la izquierda del CROLL y bloquea el conector.
Utiliza un bloqueador de pie, fija el pedal a lo largo de la pierna con elásticos y no te olvides de las rodilleras.

B. Descenso

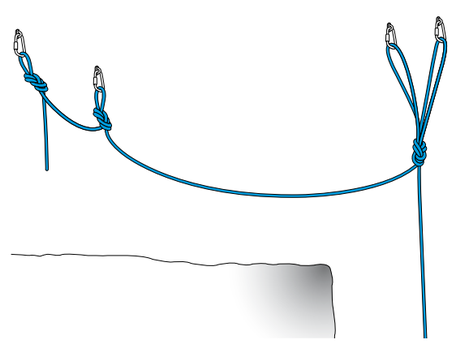
Añade un mosquetón de frenado si es necesario



Nudo de equilibrado (ocho doble u ocho con orejas)



Cuando equipes, piensa en los rozamientos y en la posible rotura del anclaje.
Coloca dos anclajes en la cabecera del pozo y dos al final de la línea de seguridad.



C. Paso de un nudo en el descenso

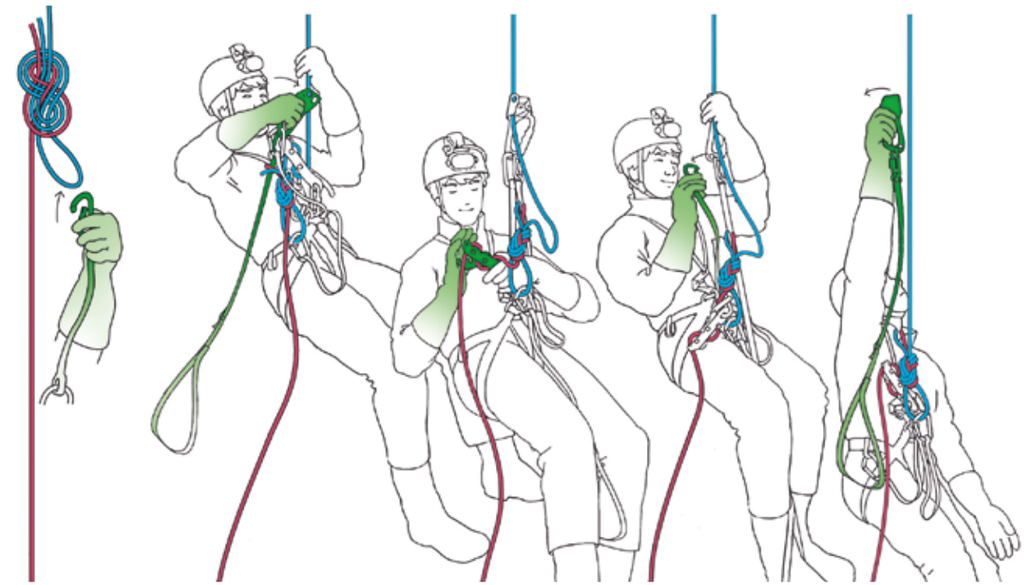
1- Engancha el elemento de amarre al bucle de cuerda

2- Instala el puño y transfiere todo tu peso al puño

3- Saca la cuerda del STOP y vuelve a colocar el STOP por debajo del nudo

4- Apoyándote en el pedal, quita el elemento de amarre del puño

5- Transfiere el peso al STOP y quita el puño



D. Paso de un fraccionamiento en el descenso

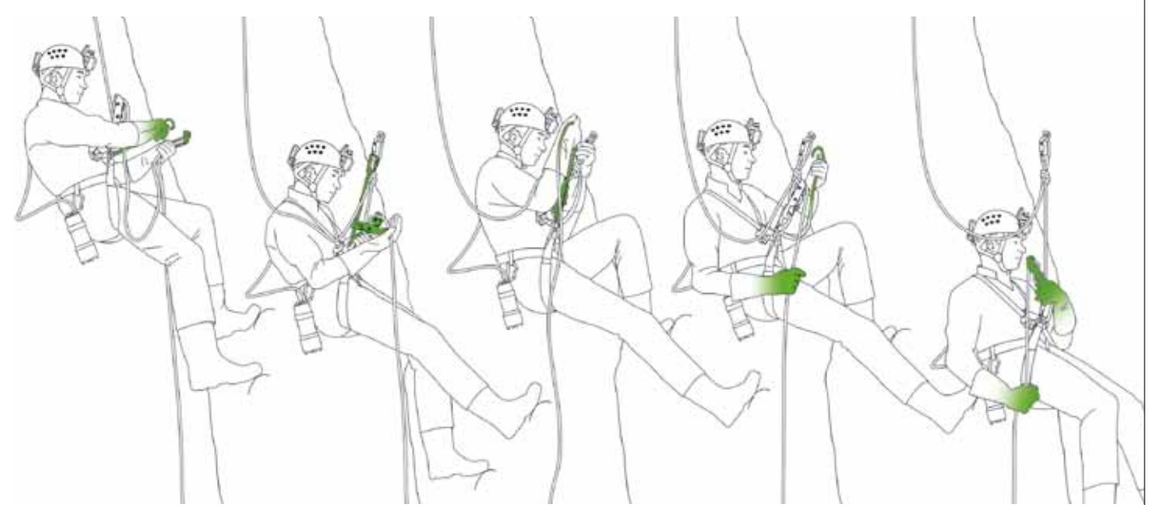
1- Engancha el elemento de amarre al anclaje

2- Desciende para transferir tu peso al elemento de amarre. Desplaza el STOP por debajo del fraccionamiento

3- Recupera cuerda y cuélgate del STOP

4- Comprueba la instalación, retira el elemento de amarre

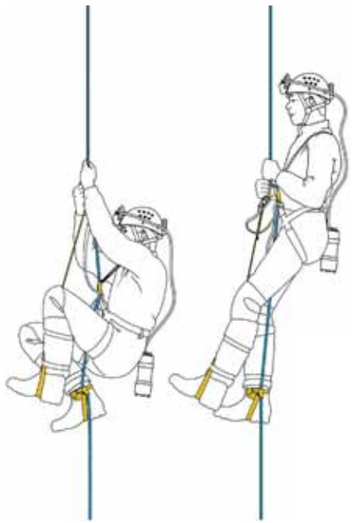
5- Continúa el descenso, la cuerda queda libre para el siguiente



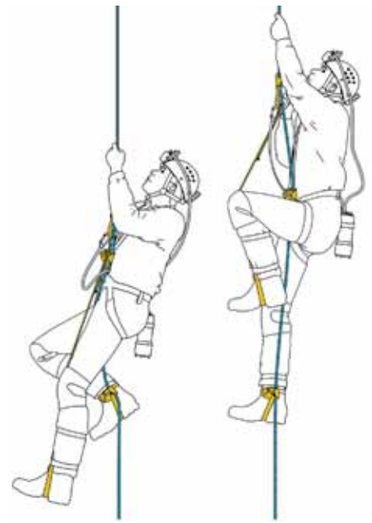
Información no exhaustiva. Consulte el resto de las páginas, así como las fichas de utilización y los manuales técnicos. Formación técnica indispensable.

E. Ascenso

Técnica de progresión en simultáneo: la que cansa menos, ya que las dos piernas empujan a la vez



Técnica de progresión en alternativo: la más rápida, pero más exigente, el empuje se realiza una pierna después de la otra



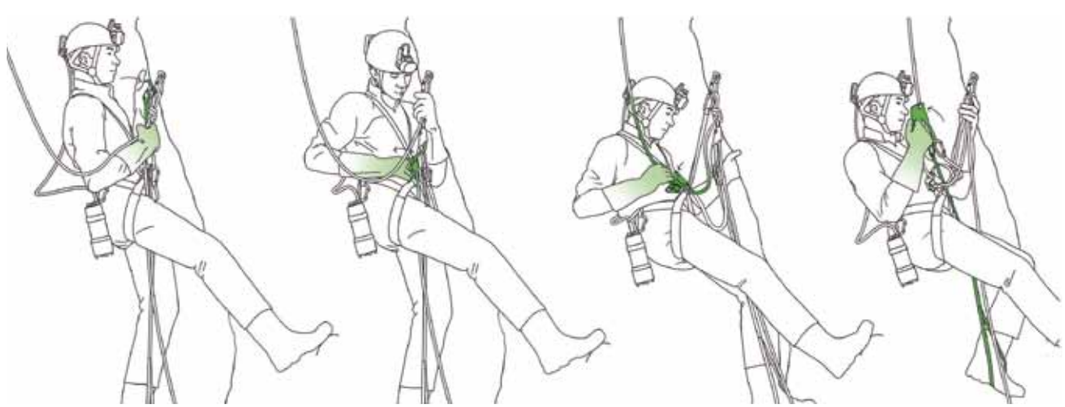
F. Paso de un fraccionamiento en el ascenso

1- Remonta al nivel del nudo y no deslices el puño hasta el tope. Engánchate con el elemento de amarre al anclaje

2- Apoyándote en el pedal, libera el CROLL

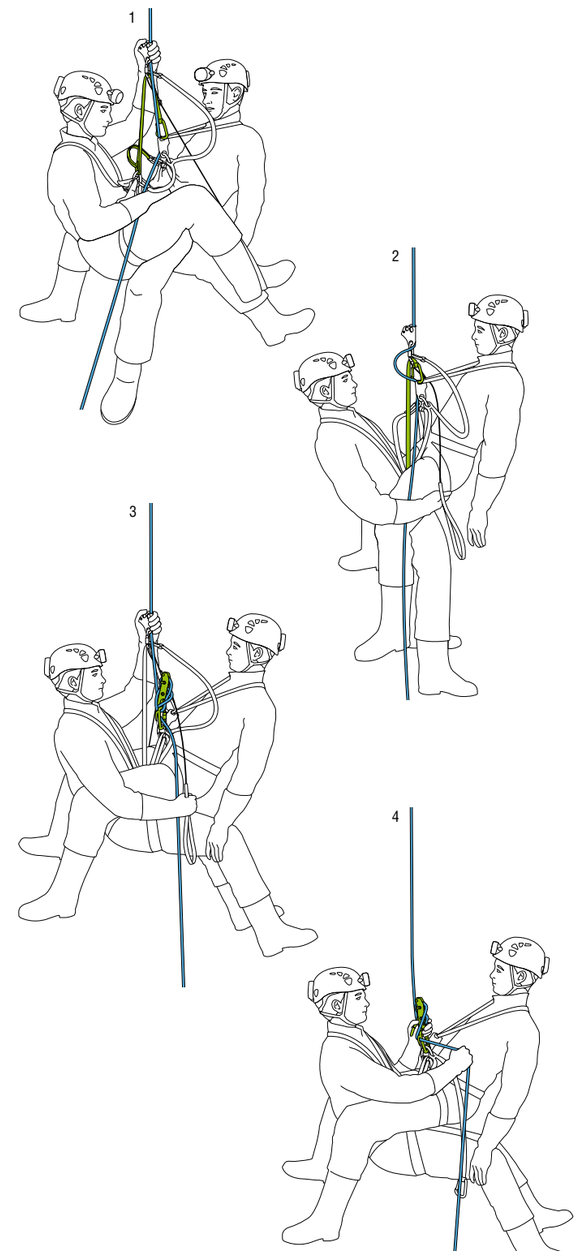
3- Transfiere tu peso al elemento de amarre y vuelve a colocar el CROLL

4- Instala el puño más arriba. Ponte en tensión sobre los bloqueadores, comprueba la instalación y retira el elemento de amarre. La cuerda queda libre para el siguiente



G. Rescate urgente del compañero, evacuación de abajo hacia arriba

En caso de accidente, cada segundo cuenta, debes intervenir rápidamente con una técnica adaptada. Ésta es una técnica de uso excepcional, simple y rápida para desenganchar y descender urgentemente a una víctima.
Entrenarte regularmente con tu material es esencial.



Al y Franco vuelven a ver el sol

Información no exhaustiva. Consulte el resto de las páginas, así como las fichas de utilización y los manuales técnicos. Formación técnica indispensable.