



# ESCOLA PORTUGUESA DE ESPELEOLOGIA

Departamento de Ensino da Sociedade Portuguesa de Espeleologia

Bairro da Liberdade, Rua C, Lote 11, Loja 16 - 1070-165 Lisboa – PORTUGAL

epe@spe.pt | www.spe.pt

## Curso de Iniciação à Espeleologia

Maio 2019

Horas/Dias	04/ Sábado	05/ Domingo	11/ Sábado	12/ Domingo	18/ Sábado	19/ Domingo
8:45	Receção dos Participantes <b>Apresentação do Curso</b> (Covão do Feto)	<b>Covão do Feto</b> Preparação para as atividades do dia	Receção dos Participantes <b>(Covão do Feto)</b>	<b>Covão do Feto</b> Preparação para as atividades do dia	Receção dos Participantes <b>(Covão do Feto)</b>	<b>Covão do Feto</b> Preparação para as atividades do dia
9:00 – 10:00		<b>Sessão Teórica</b> (Covão do Feto)  - Formação das Grutas	<b>Testes de avaliação teórica</b> (Covão do Feto)  - Formação de Grutas - Conservação do Meio Subterrâneo - Prevenção de Acidentes	<b>Sessões Teóricas</b> (Covão do Feto)  - História da Espeleologia - Vida nas Grutas	<b>Testes de avaliação teórica</b> (Covão do Feto)  - Equipamentos e Técnicas de Espeleologia - Vida nas grutas - História da Espeleologia	<b>Palestra</b> (Covão do Feto)  <i>Atividades Espeleológicas (topografia, bombeamentos, mergulho, elaboração de relatórios...)</i>
10h30 - 18h30	<b>Sessão Teórica</b>  - Equipamento e Técnicas  <b>Sessão prática em falésia</b>  Distribuição de equipamentos  Treino de progressão vertical	<b>Sessão prática em gruta</b>  Distribuição de equipamentos e sacos  Treino de progressão Vertical / horizontal  <b>Almoço no local</b>  <b>Sessão Teórica em gruta</b>  - Prevenção de Acidentes - Conservação do Meio Subterrâneo  Devolução do material individual (Covão do Feto)	<b>Sessão Prática em gruta</b>  Distribuição de equipamentos e sacos  Treino de progressão Vertical / Horizontal  <b>Almoço no local</b>	<b>Sessão Prática em gruta</b>  Distribuição de equipamentos e sacos  Treino de progressão Vertical / Horizontal  <b>Almoço no local</b>  Devolução do material individual (Covão do Feto)	<b>Sessão Prática em gruta</b>  Distribuição de equipamentos e sacos  Treino de progressão Vertical / Horizontal  <b>Almoço no local</b>	<b>Sessão prática em gruta</b>  Distribuição de equipamentos e sacos  Treino de progressão Vertical / Horizontal  <b>Almoço no local</b>  Lavagem, devolução e conferência do material individual (Covão do Feto)
20:30	<b>Jantar</b>	<b>Partida</b>	<b>Jantar</b>	<b>Partida</b>	<b>Jantar</b>	<b>Partida</b>
23:00	<b>Descanso</b>		<b>Descanso</b>		<b>Descanso</b>	