

Resgate em montanha

Categories : [Eco - Ar Livre](#)

Se você já escala há algum tempo e sente que precisa se reciclar, vale a pena fazer o curso de auto-resgate para montanhistas. Muitos clubes de escalada ministram esse tipo de aula, entre eles o Clube Alpino Paulista (CAP). O consultor Marcelo Krings, que escreve no [site Webventure](#), explica que o objetivo principal é a prevenção de acidentes, com muitas horas de prática em campo. Entre outras coisas, os alunos aprendem a resgatar ou transportar um colega ferido em montanha para um ponto seguro. São 8 horas de aula teórica e dois dias de prática em Atibaia, no interior de São Paulo.