
Actividad Fin de Semana.

Técnicas en supervivencia BÁSICA, técnicas y protocolos ante emergencias en el medio natural y montaña.

- Curso teórico-práctico, 100% presencial
- Número máximo alumnos-curso: 16 pax

La Supervivencia es el arte de mantenernos con vida, y por lo tanto debemos de prever los elementos que la preservan, y minimizar las situaciones o eventos que la ponen en riesgo.

Hay varios factores que harán peligrar la vida, como son la Hipotermia, la falta de agua, la inanición, el pánico, el ambiente hostil, la propia emergencia o accidente, etc. Uno de ellos o la combinación de varios hará peligrar nuestra existencia y la de las personas que nos acompañan, y para ello hay que.

Tomar conciencia de la situación y valorar los riesgos que nos afectan de manera inmediata.

Tomar decisiones para paliar la situación y proveernos de recursos.

Actuar hasta la resolución de la situación, ya sea con la llegada de ayuda externa, o remediarla por nuestros propios medios.

Para conseguir paliar en lo posible esa situación necesitamos conocimientos y habilidades que nos ayuden a obtener los recursos para mantener la vida, todo ello además con un grado de preparación psicológica ante una situación estresante, al principio seguramente caótica, y en la que tendremos que tomar decisiones rápidas, pero con alto grado de razonamiento.

- *Seguros de Accidentes y Responsabilidad Civil incluidos.*
- *Castilla y León TA 34/39*
- *Instructores.*

Se capacitará al alumno en las siguientes destrezas:

CONTENIDOS – SUPERVIVENCIA

VIERNES: PRIMER CONTACTO Y FUNDAMENTOS

18:00 – 20:00 | RECEPCIÓN Y BIENVENIDA

Presentación del equipo instructor y de los participantes. Revisión de equipo personal. Explicación del plan del curso, normas básicas de seguridad y convivencia en grupo.

20:30 – 21:30 | MONTAJE DE TIENDAS

Distribución del campamento. Montaje de tiendas. Preparación del entorno para pasar la noche con seguridad y comodidad.

21:30 – 23:00 | CENA Y DESCANSO

Cena (posibilidad de cena comunitaria o individual según logística). Espacio para resolver dudas y reflexionar sobre la jornada.

SÁBADO: TÉCNICAS FUNDAMENTALES DE SUPERVIVENCIA

07:30 – 08:00 | DESAYUNO

08:00 – 9:00 | PRINCIPIOS Y NECESIDADES BÁSICAS DE SUPERVIVENCIA

Este bloque sienta las bases esenciales para afrontar una situación de supervivencia en la naturaleza. Antes de actuar, es vital saber **qué hacer, en qué orden y por qué**.

Se trabaja tanto el aspecto **mental y estratégico**, como el conocimiento de las **necesidades físicas básicas**.

09:00 – 12:00 | CONSTRUCCIÓN DE REFUGIOS

Montaje de refugios con tarp, lona y manta térmica.

Nudos básicos.

Construcción de refugio natural con ramas y elementos del entorno.

Evaluación de ubicaciones seguras para dormir, aislamiento térmico y protección ante lluvia o viento.

12:00 – 14:30 | CAPTACIÓN, POTABILIZACIÓN Y GESTIÓN DEL AGUA

Dónde y cómo encontrar agua en la naturaleza.

Filtrado con materiales naturales.

Métodos de potabilización (hervido, pastillas, decantación).

Construcción de filtros improvisados y gestión de recursos hídricos.

14:30 – 17:00 | TÉCNICAS DE FUEGO

Principios del fuego: triángulo del fuego, tipos de combustible.

Uso de ferrocero y yesca natural.

Encendido por fricción con arco.

Seguridad y control de fuegos en medio natural.

17:00 – 19:30 | PRIMEROS AUXILIOS EN ENTORNOS REMOTOS

En entornos naturales, la asistencia médica no está disponible de inmediato. Aprender a **gestionar una emergencia sanitaria básica** puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte. Esta formación se centra en **primeros auxilios orientados a contextos remotos**, donde los recursos son limitados y el tiempo de evacuación es largo.

Práctica básica de atención a lesiones comunes en situaciones de aislamiento: control de hemorragias, inmovilización de miembros, tratamiento de hipotermias y quemaduras. Valoración inicial y uso de botiquín básico.

19:30 – 21:00 | FABRICACIÓN PRIMITIVA

Elaboración de cuerda natural (ortiga, fibras vegetales).

Construcción de anzuelo, pegamento natural y silbato improvisado.

21:00 – 23:00 | CENA Y DESCANSO

DOMINGO: HABILIDADES APLICADAS Y CIERRE

07:30 – 08:00 | DESAYUNO

08:00 – 11:30 | ORIENTACIÓN EN LA NATURALEZA

Uso de brújula y mapa topográfico.

Técnicas de orientación natural (sol, estrellas, musgo, sombras).

Ejercicio práctico de orientación con puntos de referencia.

11:30 – 13:00 | INICIACIÓN AL TRAMPEO (CON FINES DIDÁCTICOS)

Trampas de supervivencia: lazo, trampa de caída, trampa de resorte.

Rastreo básico y observación de huellas y señales.

13:30 – 14:00 | EVALUACIÓN, ENTREGA DE DIPLOMAS Y DESPEDIDA

Cierre del curso, reflexión colectiva, entrega de diplomas de participación y despedida.

Este es un curso de iniciación a las técnicas de supervivencia en la naturaleza y por lo tanto va dirigido especialmente a aquellas personas que mantienen relación directa con la misma; montañeros, excursionistas, guías, personal forestal, cazadores, guardas de campo, senderistas, pescadores fluviales, profesores de ciclos en el medio natural, monitores de aire libre, corredores de montaña y cualquier interesado en el tema." No se trata de pasarlo mal, sino de aprender técnicas para solucionar emergencias en la naturaleza."

No es necesaria forma física, ya que no hay desplazamientos largos con mochila, es un curso para aprender técnicas de supervivencia, no para hacer supervivencia, pero todo en un entorno natural.

Se pernocta en el campo, el alumno deberá venir provisto de tienda, saco de dormir, o en su caso hamaca o tarp, el método para dormir es a elección del alumno, acorde a las fechas y climatología, si alguien lo desea puede dormir en alojamientos cercanos y el costo del alojamiento por cuenta del alumno. Calzado adecuado, frontal o linterna, cuchillo, neceser de aseo personal, guantes de trabajo, fire steel y ropa adecuada para la actividad y otro juego de recambio, en función de la época y climatología. Además, deberá traer su propia comida.

El resto de material didáctico lo proveerá la organización.

SI NO PUDIERA REALIZAR EL CURSO UNA VEZ PAGADO EL MISMO, TIENE 1 AÑO NATURAL PARA PODER REALIZAR DICHO CURSO CON NOSOTROS EN OTRAS FECHAS, NO SE DEVUELVE EL DINERO.

CONDICIONES RESERVA

* PRECIO DE LA ACTIVIDAD: Cursos año 2026

+ Precio Adulto 160€

+ Precio Niños de 8 a 14 años 110€

- ✓ PAGO DEL 100% A LA RESERVA.
- ✓ NO SE TRAMITARÁ NINGUNA INSCRIPCIÓN SI HABERSE PAGADO EL 100%.
- ✓ SI NO PUDIERA REALIZAR EL CURSO UNA VEZ PAGADO EL MISMO, TIENE 1 AÑO NATURAL PARA PODER REALIZAR DICHO CURSO CON NOSOTROS EN OTRAS FECHAS, NO SE DEVUELVE EL DINERO.
- ✓ PLAZAS LIMITADAS A 16 PAX. PLAZA POR RIGUROSO ORDEN DE INSCRIPCIÓN.

* El cliente podrá solicitar un cambio de fecha en su reserva hasta antes de 10 días de la fecha de la actividad. El cambio estará sujeto a la disponibilidad y no tendrá coste por cada una de las plazas de la reserva.

* En ocasiones las condiciones meteorológicas hacen imposible efectuar la actividad ya que incluye actividades en la naturaleza (este hecho será determinado por el responsable). En este caso el cliente puede solicitar cambiar la actividad a otra fecha si hubiese disponibilidad.

ENLACES A WEB E INSCRIPCIÓN

[Jornadas básicas de Supervivencia en Montaña Palentina](#)

XPLORA WILD SL

Calle Conde Garay 39, 34407 Calahorra de Boedo (Palencia)

Business Phone // Wassap Business +34 628 180 946 -- +34 604 070 223

PRÓXIMOS CURSOS 2026

- ✓ **6 A 8 DE FEBRERO: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **20 A 22 DE FEBRERO: INSTALACIONES PARQUE AVENTURAS "LUCUS AVENTUR"- LUGO**
- ✓ **27/02 A 1 DE MARZO: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **13 A 15 DE MARZO: INSTALACIONES PARQUE AVENTURAS "LUCUS AVENTUR"- LUGO**
- ✓ **20 A 22 DE MARZO: : SURVIVAL FAMILY CAMP EN INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA(CURSO DE SUPERVIVENCIA EN FAMILIA)**
- ✓ **17 A 19 DE ABRIL: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **15 A 17 DE MAYO: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **19 A 21 DE JUNIO: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **18 A 20 DE SEPTIEMBRE: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **25 A 28 DE SEPTIEMBRE: SURVIVAL FAMILY CAMP EN INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, P.N. MONTAÑA PALENTINA (CURSO DE SUPERVIVENCIA EN FAMILIA)**
- ✓ **16 A 18 DE OCTUBRE: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **30/10 A 2 DE NOVIEMBRE: CURSO AVANZADO SUPERVIVENCIA, INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**
- ✓ **13 A 15 DE NOVIEMBRE: INSTALACIONES WORKNATURE SURVIVAL EN CALAHORRA DE BOEDO, NORTE DE PALENCIA**