

REFERENCIAL DE CURSO

Montanhismo

(Designação do Curso)

Código do Curso: E0053B4P

Pontos de crédito: 6,75

Tipologia: Especialização

Observações:

DOCUMENTO I – FICHA DE CONTROLO DO CURSO

DESIGNAÇÃO DO CURSO

 NOVO CURSO**Montanhismo**

BREVE DESCRIÇÃO DO MOTIVO DA REVISÃO (QUANDO APLICÁVEL)

 REVISÃO

DISCIPLINA NATO (SE APLICÁVEL)


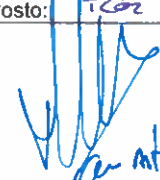


CÓDIGO DO CURSO

UNIDADE FORMADORA

Não Aplicável

E0053B4P

Escola das Armas

N.º	ATIVIDADE	ENTIDADE	ASSINATURA	DATA
1	Aprovo a criação criação/revisão do Curso.	Chefe da RTEQ	 Nome: Gonçalo Posto: 1º Coz	03/01/22
2	Valido a Proposta de Curso (Doc II).	Subdiretor de Formação	 Nome: Posto:	24 Ago 22
3	Valido o plano de Formação (Doc III).	Chefe da RTEQ	 Nome: Gonçalo Posto: 1º Coz	24 Ago 22
4	Aprovo o Referencial de Curso.	Diretor de Formação	 Nome: Maria Luísa Posto: 1º Gen	25 AGO. 2022
5	Aprovo a descontinuação do curso.	Diretor de Formação	Nome: Posto:	

NÃO CLASSIFICADO

Página intencionalmente em branco

NÃO CLASSIFICADO

NÃO CLASSIFICADO

REGISTO DE ALTERAÇÕES

DESIGNAÇÃO DO CURSO: Montanhismo

CÓDIGO: E0053B4P

IDENTIFICAÇÃO DA ALTERAÇÃO (N.º e Data)	DATA DA INTRODUÇÃO	ENTRADA EM VIGOR (Data)	IDENTIFICAÇÃO DE QUEM INTRODUZIU (Assinatura, Posto, Unidade)

NÃO CLASSIFICADO

DOCUMENTO II – PROPOSTA DE CURSO

DESIGNAÇÃO DO CURSO: Montanhismo

CÓDIGO: E0053B4P

PARTE - 1: ESPECIFICAÇÃO DO CURSO.

1. Descrição da necessidade formativa.

O Curso de Montanhismo (CMont) surge da necessidade de formar militares com competências e capacidades de transposição de obstáculos (verticais e horizontais) na área do montanhismo militar, como opção de mobilidade e auxílio ao cumprimento da sua missão. Como cerca de 58% da massa terrestre mundial é classificada como zona montanhosa, o Exército Português deve estar preparado para combater, resistir e sobreviver em terreno montanhoso.

2. Finalidade do Curso.

O CMont destina-se a formar militares para a execução de movimentos em média e baixa montanha, transposição de obstáculos verticais, através de escalada e rapel, e transposição de obstáculos horizontais, através de transposição de vãos de cursos de água.

3. Tipologia de Curso.

Especialização

4. Área de Educação e Formação.

863 Segurança Militar

5. Conselho Setorial para a Qualificação.

Defesa e Segurança

6. Idioma do Curso.

Português

7. Audiência Alvo.

a. Forma de Prestação de Serviço¹:

QP

RCE

RC

RV

MPCE

b. Categoria:

Oficiais

Sargentos

Praças

Civis

Alunos

c. Especificação do(s) Posto(s) (se aplicável):

Não aplicável.

d. Especificação da Arma, Serviço ou Especialidade (se aplicável):

¹ QP – Quadro Permanente; RCE – Regime de Contrato Especial; RC – Regime de Contrato; RV – Regime de Voluntariado

NÃO CLASSIFICADO

Não aplicável.

e. Entidades Nacionais:

Ramo Exército Outros Ramos Forças de Segurança Entidades Cíveis

f. Entidades Estrangeiras ao abrigo de relações bilaterais com Portugal:

Sim Não

g. Outras especificações (se aplicável):

Não aplicável.

8. Número de Formandos por edição de curso.

a. Mínimo:

08

b. Máximo:

16

9. Número de formandos estimados por ano.

08 formandos.

10. Número de edições previstas por ano.

Uma edição.

11. Pré-Requisitos.

a. Formação:

Não aplicável.

b. Experiência Profissional:

Não aplicável.

c. Proficiência Linguística:

Idioma	Compreensão da Língua Falada	Capacidade da Expressão Oral	Compreensão da Língua Escrita	Capacidade da Expressão Escrita

d. Exames

Médicos Psicotécnicos Físicos

e. Credenciação necessária para frequentar Curso.

(1) NACIONAL:

NÃO CLASSIFICADO

(2) OTAN:

NATO UNCLASSIFIED

(3) UE:

EU UNCLASSIFIED

f. Outros:

Não aplicável.

12. Estratégia Formativa.

O curso será ministrado num regime de formação presencial, num período total de 79 horas distribuídas por 10 dias uteis de formação.

13. Validade do Curso.

- a. A validade do curso é de 5 (cinco) anos, sendo a sua renovação automática quando comprovado oficialmente (ex: nomeação em Ordem de Serviço), o desempenho de funções que requeiram a competência em montanhismo, durante esse período;
- b. O militar deverá efetuar uma ação de formação de atualização de 02 (dois) dias para validar as competências, após 5 anos, quando não desempenhe funções que requeiram a competência em montanhismo;

14. Nível de Proficiência.

a. QNQ:

4

b. NATO:

200

15. Entidade(s) Formadora(s).

Centro de Tropas de Operações Especiais (CTOE).

16. Anexo(s).

Nada a referir.

NÃO CLASSIFICADO

PARTE - 2: PERFIL DE COMPETÊNCIAS.

Mapeamento de Unidades de Competência.

N.º	Designação da UC	Carga Horária	Pontos de Crédito	Código UC (Exército)	Código UC (CNQ)
01	Operar material e equipamento de montanhismo.	25	2,25	E00531A	TBD
02	Executar técnicas de transposição de obstáculos	50	4,50	E00532A	TBD

UNIDADE DE COMPETÊNCIA

UC E00531A	TBD	Operar material e equipamento de montanhismo
UFCD E00531A	TBD	Material e equipamento de montanhismo

1. Pontos de Crédito.

2,25

2. Nível de Proficiência.

a. QNQ:

4

b. NATO:

200

3. Realizações.

R1. Caracterizar o material e equipamento de montanhismo;

R2. Aplicar material e equipamento de montanhismo.

4. Resultados de aprendizagem.

a. Conhecimentos:

- Fundamentais sobre as especificações técnicas e características do material e equipamento de montanhismo;
- Essenciais sobre a manutenção do material e equipamento de montanhismo;
- Fundamentais sobre o correto manuseamento do material e equipamento de montanhismo;
- Fundamentais sobre a correta execução das técnicas e procedimentos com o material e equipamento de montanhismo.
- Essenciais de regras e procedimentos de segurança

b. Aptidões:

- Identificar o material e equipamento individual de montanhismo;
- Identificar o material e equipamento coletivo de montanhismo;
- Efetuar a correta manutenção e acondicionamento do material e equipamento de montanhismo;
- Equipar corretamente com o material e equipamento de montanhismo;
- Executar os procedimentos de segurança na utilização do material e equipamento de montanhismo.

c. Atitudes:

- Demonstrar capacidade para aplicar os conhecimentos e as informações técnicas essenciais ao desempenho da função;
- Demonstrar capacidade para manter as suas capacidades físicas, cognitivas, técnicas e emocionais perante situações geradoras de stress;
- Demonstrar capacidade para se adaptar eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios;
- Demonstrar confiança e firmeza na realização das suas tarefas mesmo perante situações de adversidade;
- Demonstrar capacidade para exercer as suas funções de forma diligente e responsável e inculcar nos seus subordinados o sentido de responsabilidade.

5. Critérios de Desempenho.

R1. Caracterizar o material e equipamento de montanhismo.
CD1.1. Identificando o material e equipamento de proteção individual de montanhismo.
CD1.2. Identificando os tipos de corda, cabos e amarras.
CD1.3. Identificando os tipos de anéis de Fita Tubular.
CD1.4. Identificando os tipos de mosquetões.
CD1.5. Identificando os tipos de descensores.
CD1.6. Identificando os tipos de ascensores.
CD1.7. Identificando os tipos de roldanas.
CD1.8. Identificando o material específico para rocha.
CD1.9. Identificando os aparelhos de desmultiplicação de forças.
CD1.10. Identificando os tipos de macas.
R2. Aplicar material e equipamento de montanhismo.
CD2.1. Realizando a manutenção do material individual e coletivo.
CD2.2. Efetuando o acondicionamento dos materiais e equipamentos em arrecadação.
CD2.3. Equipando com material e equipamento individual de montanhismo.
CD2.4. Equipando com material e equipamento coletivo de montanhismo.
CD2.5. Verificando o bom funcionamento do material e equipamento de montanhismo.
CD2.6. Selecionando o material adequado à tarefa.
CD2.7. Executando e aplicando nós e ataduras.
CD2.8. Selecionando e executando ancoragens.
CD2.9. Executando e aplicando sistemas de vantagens mecânicas.

6. Contexto (Exemplos de uso da competência).

- Na execução de técnicas de transposição de obstáculos em exercícios operacionais ou em operações militares.

7. Recursos.

- Cordelete de segurança / cordino 7mm (25m);
- Cabo transportador de aço;
- Bloqueador “Shunt”;
- Bloqueador “Crol”;
- Auto bloqueador – Descensor “GriGri”;
- Estribo de escalada;
- Cavilha de montanhismo, “faders”;
- Computador de secretaria (desktop);
- Roldanas simples “Fix”;
- Auto bloqueador – Descensor “Stop”;
- Entalador;
- Descensor “Rack”;
- Punho ascensor “Par”;
- Corda de segurança individual (3m);
- Anéis de fita tubular (120cm);
- Anéis de fita tubular (140cm);
- Roldanas simples c/ placas moveis “Rescue”;
- Martelo de montanhismo;
- Anel de fita tubular (160cm);
- Anel de fita tubular (180cm);
- Corda de descida para rappel, dinâmica 11mm (50m);
- Roldana Dupla “Tandem”;
- Descensor “8”;
- Roldana com bloqueador (Traxion);
- Roldana Dupla c/ placa móvel;
- Corda estática 10,5mm (60m);
- Capacetes;
- Arnês de cintura;
- Mosquetão de montanhismo;
- Corda de descida para rapel, dinâmica 11mm (120m);
- Arnês de peito;
- Corda estática 10,5mm (120m);
- Arnês de corpo;
- Bota, montanhismo;
- Aparelho desmultiplicação de forças “Tirefor”;

- Amarra;
- Maca Kong;
- Maca Envelope.

8. Observações.

- Nada a referir.

9. Qualificações.

- TBD.

UNIDADE DE COMPETÊNCIA

UC E00532A	TBD	Executar técnicas de transposição de obstáculos
UFCD E00532A	TBD	Técnicas de transposição de Obstáculos

1. Pontos de Crédito.

4,50

2. Nível de Proficiência.

a. QNQ:

4

b. NATO:

200

3. Realizações.

R1. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos verticais;

R2. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos horizontais;

R3. Aplicar técnicas de imobilização, recuperação e evacuação de feridos.

4. Resultados de aprendizagem.

a. Conhecimentos:

- Fundamentais sobre técnicas de escalada;
- Fundamentais sobre técnicas de rapel;
- Fundamentais sobre técnicas de travessia de vãos;
- Fundamentais técnicas de imobilização, recuperação e evacuação de feridos;
- Essenciais sobre regras e procedimentos de segurança.

b. Aptidões:

- Executar técnicas de escalada;
- Executar técnicas de rapel;
- Executar técnicas de travessia de vãos;
- Executar técnicas de imobilização;
- Executar técnicas de recuperação;
- Executar Técnicas de evacuação de feridos.

c. Atitudes:

- Demonstrar capacidade para aplicar os conhecimentos e as informações técnicas essenciais ao desempenho da função;

- Demonstrar capacidade para manter as suas habilidades físicas, cognitivas, técnicas e emocionais perante situações geradoras de stress;
- Demonstrar capacidade para se adaptar eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, ajustando o seu comportamento com eficácia, consoante as necessidades das situações;
- Demonstrar confiança e firmeza na realização das suas tarefas mesmo perante situações de adversidade;
- Demonstrar capacidade para exercer as suas funções de forma diligente e responsável e inculcar nos seus subordinados o sentido de responsabilidade.

5. Critérios de Desempenho.

R1. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos verticais.
CD1.1. Selecionando o material e equipamento a utilizar para escalada.
CD1.2. Adotando os princípios de posicionamento corporal.
CD1.3. Sabendo a importância e o risco do fator queda.
CD1.4. Executando os procedimentos de comunicação em escalada.
CD1.5. Executando os diversos tipos de escalada.
CD1.6. Executando as diversas técnicas de segurança durante a execução da escalada.
CD1.7. Identificando e executando o processo de mosquetonagem na escalada.
CD1.8. Selecionando o material e equipamento a utilizar no rapel.
CD1.9. Executando os procedimentos de segurança em rapel.
CD1.10. Executando os procedimentos de comunicação em rapel.
CD1.11. Executando os diversos tipos de rapel.
CD1.12. Executando o rapel com os diversos tipos de descensores.
CD1.13. Executando técnicas de segurança durante a execução do rapel.

R2. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos horizontais.
CD2.1. Executando os procedimentos de segurança na travessia de vãos.
CD2.2. Executando os diversos tipos de travessia de vãos.
CD2.3. Montando sistemas de recuperação de material.
R3. Aplicar técnicas de imobilização, recuperação evacuação de feridos.
CD3.1. Executando técnicas de imobilização de feridos.
CD3.2. Operando diferentes tipos de macas.
CD3.3. Utilizando diferentes sistemas de recuperação de feridos.

6. Contexto (Exemplos de uso da competência).

- Na execução de técnicas de transposição de obstáculos em exercícios operacionais ou em operações militares.

7. Recursos.

Cordeletes de segurança / cordino 7mm (25m);
Cabo transportador de aço;
Bloqueadores “Shunt”;
Bloqueadores “Crol”;
Auto bloqueadores – Descensor “GriGri”;
Estribos de escalada;
Cavilhas de montanhismo, “faders”;
Computador de secretaria (desktop);
Roldanas simples “Fix”;
Auto bloqueadores – Descensor “Stop”;
Entaladores;
Descensores “Rack”;
Punhos ascensores “Par”;
Cordas de segurança individual (3m);
Anéis de fita tubular (120cm);
Anéis de fita tubular (140cm);
Roldanas simples c/ placas moveis “Rescue”;
Martelos de montanhismo;
Anéis de fita tubular (160cm);
Anéis de fita tubular (180cm);
Cordas de descida para rappel, dinâmicas 11mm (50m);
Roldanas Dupla “Tandem”;
Descensores “8”;

Roldanas com bloqueador (Traxion);
Roldanas Dupla c/ placa móvel;
Cordas estáticas 10,5mm (60m);
Capacetes;
Arneses de cintura;
Mosquetões de montanhismo;
Cordas de descida para rapel, dinâmicas 11mm (120m);
Arneses de peito;
Corda estática 10,5mm (120m);
Arneses de corpo;
Botas, montanhismo;
Aparelhos desmultiplicação de forças "Tirefor";
Amarra;
Maca Kong;
Maca Envelope;
Auto TP 5 TOYOTA Land Cruiser HZJ74L D 4x4 MF/01;
Auto Maca 4M IVEVO D 4x4 MF/90-95-96 40.10WM;
Auto TG 2 TON 13 UNIMOG D 4x4 MA/89 U 1100L.

8. Observações.

- O exercício desta competência requer a aquisição de competências prévias sobre a utilização de material e equipamento de montanhismo.

9. Qualificações.

- Nada a referir.

DOCUMENTO III – PLANO DE FORMAÇÃO

DESIGNAÇÃO DO CURSO: Montanhismo

CÓDIGO: E0053B4P

PARTE - 1: PERFIL DE FORMAÇÃO.

1. Mapeamento de Unidades de Formação de Curta Duração.

NO	Unidades de Competência				Unidades de Formação de Curta Duração				CH	PC
	EXE	E00531A	CNQ	TBD	EXE	E00531A	CNQ	TBD		
1	EXE	E00531A	CNQ	TBD	EXE	E00531A	CNQ	TBD	25	2,25
	Operar material e equipamento de montanhismo				Material e equipamento de montanhismo					
2	EXE	E00532A	CNQ	TBD	EXE	E00532A	CNQ	TBD	50	4,5
	Executar técnicas de transposição de obstáculos				Técnicas de transposição de Obstáculos					

Legenda: NO – Número de Ordem; EXE – Código do Exército; CNQ – Código do Catálogo Nacional de Qualificações; CH – Carga Horária; PC – Pontos de Crédito.

2. Carga horária complementar

Atividade	TF
Efetuar manutenção das instalações.	1
Efetuar a manutenção dos equipamentos.	1
Participar na cerimónia de abertura de curso.	1
Participar na cerimónia de encerramento de curso.	1
Total	4

3. Discriminação da carga horária.

a. A distância:

Nada a referir.

b. Presencial:

79 horas.

c. Total:

79 horas.

4. Dias Úteis de Formação.

a. A distância:

Nada a referir.

b. Presencial:

10 dias.

c. Total:

10 dias.

5. Total de Pontos de Crédito do curso.

6,75 Pontos de Crédito.

6. Estágios.

a. Finalidade:

Nada a referir.

b. Duração:

Nada a referir.

c. Avaliação:

Nada a referir.

7. Classificação Final do curso (fórmula de avaliação).

$$CF = (C1+C2)/2$$

CF – Classificação Final

C1 – Classificação da UFCD E00531A

C2 – Classificação da UFCD E00532A

8. Anexos.

Anexo: Horário-tipo

PARTE - 2: CUSTOS DA FORMAÇÃO.

1. Mapeamento dos Custos da Formação.

01	FCF	Material e equipamento de montanhismo			Código	FCF.E00531A1
	IMPUTÁVEIS À FAZENDA NACIONAL	IMPUTÁVEIS À ENTIDADE FORMADORA	P/ FORMANDO DO EXÉRCITO	P/ FORMANDO EXTERNO		
	7 480,95 €	207,59 €	467,56 €	189,17 €		
02	FCF	Técnicas de transposição de obstáculos			Código	FCF.E00532A1
	IMPUTÁVEIS À FAZENDA NACIONAL	IMPUTÁVEIS À ENTIDADE FORMADORA	P/ FORMANDO DO EXÉRCITO	P/ FORMANDO EXTERNO		
	15 083,58 €	396,29 €	942,72 €	385,94 €		

2. Resumo dos custos afetos ao curso.

- a. Total de Custos Imputáveis à Fazenda Nacional.

22 564,53 €

- b. Total de Custos Imputáveis à Entidade Formadora.

603,88 €

- c. Total de Custos por Formando do Exército.

1410,28 €

- d. Total de Custos por Formando Externo.

575,11 €

UNIDADE DE FORMAÇÃO DE CURTA DURAÇÃO

UC	E00531A		TBD	Operar material e equipamento de montanhismo
UFCD	E00531A		TBD	Material e equipamento de montanhismo

1. Carga Horária.

25 Horas.

2. Pontos de Crédito.

2,25 Pontos de Crédito

3. Nível de Proficiência.

a. QNQ:

4

b. NATO:

200

4. Objetivos de Aprendizagem.

OA1. Caracterizar o material e equipamento de montanhismo;

OA2. Aplicar o material e equipamento de montanhismo.

5. Especificação da Formação.

CONTEÚDOS	MÉTODO	TFD	TFN	EAD	EXC	REFERÊNCIAS
OA1. Caracterizar o material e equipamento de montanhismo						
OE1.1. Identificar material e equipamento individual de montanhismo	Demonstrativo	1		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-1.1
1.1.1. Capacete						
1.1.2. Calçado						
1.1.3. Luvas						
1.1.4. Arnês						
OE1.2. Identificar material e equipamento coletivo de montanhismo	Demonstrativo	1		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-1.2
1.2.1. Cordas, cabos e amarras						
1.2.2. Anéis de Fita Tubular						
1.2.3. Mosquetões						
1.2.4. Descensores						
1.2.5. Ascensores						
1.2.6. Roldanas						
1.2.7. Material específico para rocha						
1.2.8. Aparelhos de desmultiplicação de forças						
1.2.9. Macas						
OA2. Aplicar material e equipamento de montanhismo						
OE2.1. Efetuar a manutenção e acondicionamento do material e equipamento de montanhismo	Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-2.1
2.1.1. Manutenção do material individual e coletivo;						
2.1.2. Acondicionamento dos materiais e equipamentos em arrecadação.						

RESERVADO

OE2.2. Equipar com o material e equipamento de montanhismo						
2.2.1. Material e equipamento individual de montanhismo; 2.2.2. Material coletivo.	Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-2.2
OE2.3. Manusear o material e equipamento de montanhismo						
2.3.1. Funcionamento do material e equipamento de montanhismo; 2.3.2. Material adequado à tarefa.	Simulação	1		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-2.3
OE2.4. Executar nós e ataduras						
2.4.1. Elementos e bases de um nó; 2.4.2. Nós de união; 2.4.3. Nós de ancoragem; 2.4.4. Nós de bloqueamento; 2.4.5. Lais de guia ao peito; 2.4.6. Atadura de peito.	Simulação	5		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-2.4
OE2.5. Selecionar Pontos de ancoragem						
2.5.1. Pontos de ancoragem naturais; 2.5.2. Pontos de ancoragem artificiais; 2.5.3. Princípios da distribuição de forças; 2.5.4. Triângulo de força; 2.5.5. Ancoragens unidirecionais; 2.5.6. Ancoragens multidirecionais.	Simulação	5		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-2.5
OE2.6. Executar sistemas de vantagens mecânicas						
2.6.1. Equipamento a utilizar; 2.6.2. Sistemas de vantagens mecânicas “3 por 1”; 2.6.3. Sistemas de vantagens mecânicas “5 por 1”; 2.6.4. Sistema de desmultiplicação “3 por 1” longo; 2.6.5. Sistema de desmultiplicação “3 por 1” indireto.	Simulação	5		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0531A-2.6
Outras Atividades						
Teste Teórico		1				
Prova Prática		2				

Legenda: TFD – Tempos de Formação Diurnos; TFN – Tempos de Formação Noturnos; EAD- Ensino a Distância; ExC – Exercícios de Campo.

6. Especificação da Carga Horária.

a. Formação presencial:

25 Horas.

b. Formação não presencial:

Nada a referir.

7. Critérios de avaliação.

- Correspondem aos Critérios de Desempenho da Unidade de Competência.

8. Referências.

- Manual de montanhismo do Centro de Instrução de Operações Especiais (CIOE);
- Guia Prático de técnicas de montanhismo do Centro de Tropas de Operações Especiais (CTOE);

RESERVADO

- *“Rescate Urbano en altura”* (Delfim Degado);
- *“Segurança em parede”* (Tino Núñez);
- *“100 perguntas e respostas sobre rapel”* (Tino Núñez);
- *“100 perguntas e respostas de iniciação à escalada”* (José Luis Muñoz);
- *“Manual de Autorrescate”* (José Sanchez);
- *“Prevención, Seguridad y Autorrescate”* (Máximo Murcia).

9. Formadores.

a. Requisitos de formação:

- Curso de Operações Especiais;
- Curso de Montanhismo;
- Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF) e Certificado de Competências Pedagógicas (CCP)

b. Experiência profissional:

- Nada a referir.

c. Outros requisitos:

- Nada a referir

10. Classificação final da UFCD (fórmula de avaliação).

Class da UFCD = $(1TT+2PP+)/3$

TT – Teste Teórico

PP – Prova Prática

11. Observações.

- O número de Formadores (Sargentos) segue a relação de 01 Formador por 04 Formandos.
- O número de Auxiliares do Formação (Praças) segue a relação de 01 Auxiliar de Formação por 08 Formandos.

UNIDADE DE FORMAÇÃO DE CURTA DURAÇÃO

UC	E00532A		TBD	Executar técnicas de transposição de obstáculos
UFCD	E00532A		TBD	Técnicas de Transposição de Obstáculos

1. Carga Horária.

50 Horas.

2. Pontos de Crédito.

4,50 Pontos de Crédito

3. Nível de Proficiência.

a. QNQ:

4

b. NATO:

200

4. Objetivos de Aprendizagem.

OA1. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos verticais.

OA2. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos horizontais.

OA3. Aplicar técnicas de imobilização, recuperação e evacuação de feridos.

5. Especificação da Formação.

CONTEÚDOS	MÉTODO	TFD	TFN	EAD	EXC	REFERÊNCIAS
OA1. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos verticais.						
OE1.1. Identificar os princípios e normas da escalada.	Demonstrativo	1		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.1
1.1.1. Princípios de posicionamento corporal;						
1.1.2. Presas e apoios;						
1.1.3. Procedimentos de escalada;						
1.1.4. Fator queda;						
1.1.5. Procedimentos de comunicação em escalada;						
1.1.6. Estratégia;						
1.1.7. Procedimentos de segurança.						
OE1.2. Executar técnicas de escalada em torre.	Simulação	7		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.2
1.2.1. Material e equipamento a utilizar;						
1.2.2. Princípios de posicionamento corporal;						
1.2.3. Procedimentos de comunicação em escalada;						
1.2.4. Técnicas de segurança durante a execução da escalada;						
1.2.5. Processo de mosquetonagem na escalada.						
OE1.3. Executar técnicas de escalada em parede natural.	Simulação	7		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.3
1.3.1. Material e equipamento a utilizar;						
1.3.2. Princípios de posicionamento corporal;						
1.3.3. Procedimentos de comunicação em escalada;						
1.3.4. Técnicas de segurança durante a execução da escalada;						

RESERVADO

	1.3.5. Processo de mosquetonagem na escalada.						
OE1.4. Identificar os princípios e normas o rapel.							
	1.4.1. Princípios de posicionamento corporal; 1.4.2. Procedimentos de rapel; 1.4.3. Procedimentos de comunicação em rapel; 1.4.4. Procedimentos de segurança.	Demonstrativo	1		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.4
OE1.5. Executar técnica de rapel americano com apoio							
	1.5.1. Material e equipamento a utilizar; 1.5.2. Procedimentos de segurança em rapel; 1.5.3. Procedimentos de comunicação em rapel; 1.5.4. Rapel com os diversos tipos de descensores; 1.5.5. Técnicas de segurança durante a execução do rapel.	Simulação	3		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.5
OE1.6. Executar técnica de rapel americano suspenso							
	1.6.1. Material e equipamento a utilizar; 1.6.2. Procedimentos de segurança em rapel; 1.6.3. Procedimentos de comunicação em rapel; 1.6.4. Rapel com os diversos tipos de descensores; 1.6.5. Técnicas de segurança durante a execução do rapel.	Simulação	3		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.6
OE1.7. Executar técnica de rapel australiano com apoio							
	1.7.1. Material e equipamento a utilizar; 1.7.2. Procedimentos de segurança em rapel; 1.7.3. Procedimentos de comunicação em rapel; 1.7.4. Rapel com os diversos tipos de descensores; 1.7.5. Técnicas de segurança durante a execução do rapel.	Simulação	3		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	FIF0532A-1.7
OE1.8. Executar técnica de rapel australiano suspenso							
	1.8.1. Material e equipamento a utilizar; 1.8.2. Procedimentos de segurança em rapel; 1.8.3. Procedimentos de comunicação em rapel; 1.8.4. Rapel com os diversos tipos de descensores; 1.8.5. Técnicas de segurança durante a execução do rapel.	Simulação	3		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.8
OE1.9. Executar técnica de rapel invertido							
	1.9.1. Material e equipamento a utilizar; 1.9.2. Procedimentos de segurança em rapel; 1.9.3. Procedimentos de comunicação em rapel; 1.9.4. Rapel com os diversos tipos de descensores; 1.9.5. Técnicas de segurança durante a execução do rapel.	Simulação	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-1.9
OA2. Aplicar técnicas de transposição de obstáculos horizontais							
OE2.1. Executar técnicas de travessia de vãos – “Ponte Himalaia”							
	2.1.1. Procedimentos de segurança; 2.1.2. Sistema “Ponte Himalaia”; 2.1.3. Sistemas de recuperação de material.	Simulação	4		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-2.1
OE2.2. Executar técnicas de travessia de vãos – “Paralelas”							
	2.2.1. Procedimentos de segurança; 2.2.2. Sistema Paralela Vertical; 2.2.3. Sistema Paralela Horizontal; 2.2.4. Sistemas de recuperação de material.	Simulação	4		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-2.2

RESERVADO

OA3. Aplicar técnicas de imobilização, recuperação e evacuação de feridos							
OE3.1. Executar técnicas de imobilização de feridos.		Simulação	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-3.1
3.1.1.	Princípios para a estabilização de feridos;						
3.1.2.	Técnicas de imobilização de feridos.						
OE3.2. Executar técnicas de recuperação de feridos.		Simulação	4		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-3.2
3.2.1.	Procedimentos de segurança;						
3.2.2.	Tipos de macas;						
3.2.3.	Sistemas de recuperação de feridos.						
OE3.3. Executar técnicas de evacuação de feridos.		Simulação	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	FIF0532A-3.3
3.3.1.	Tipos de transporte com macas;						
3.3.2.	Procedimentos para evacuação terrestre.						
Outras Atividades							
Prova prática			4				

Legenda: TFD – Tempos de Formação Diurnos; TFN – Tempos de Formação Noturnos; EAD- Ensino a Distância; ExC – Exercícios de Campo.

6. Especificação da Carga Horária.

a. Formação presencial:

50 Horas.

b. Formação não presencial:

Não aplicável.

7. Critérios de avaliação.

- Correspondem aos Critérios de Desempenho da Unidade de Competência.

8. Referências.

- Manual de montanhismo do Centro de Instrução de Operações Especiais (CIOE);
- Guia Prático de técnicas de montanhismo do Centro de Tropas de Operações Especiais (CTOE);
- “*Rescate Urbano en altura*” (Delfim Degado);
- “*Manual de autorrescate*” (José Sanchez);
- Guia de Montanha (Pedro Cuiça);
- “*Socorrismo y medicina de urgências en montaña*” (Enric Subirats Bayego).

9. Formadores.

a. Requisitos de formação:

- Curso de Operações Especiais;
- Curso de Montanhismo;
- Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores (CFPIF).

b. Experiência profissional:

- Nada a referir.

c. Outros requisitos:

- Nada a referir.

10. Classificação final da UFCD (fórmula de avaliação).

Class da UFCD = PP

PP – Prova Prática

11. Observações.

- O número de Formadores (Sargentos) segue a relação de 01 Formador por 04 Formandos;
- O número de Auxiliares do Formação (Praças) segue a relação de 01 Auxiliar de Formação por 08 Formandos.

FICHA DE CUSTOS DA FORMAÇÃO

1. Código – Designação

FCF.E00531A1 Material e equipamento de montanhismo.

2. Cálculo de custos com pessoal

a. Custos com formandos

FORMANDOS					
Posto/Categoria	N.º Formandos (por posto)	Remuneração (por hora)	Outras despesas (Ajudas de Custo)	Duração (em horas)	Custos
Capitão	1	18,20 €	45,50	25	500,50 €
Tenente	2	14,35 €	35,88	25	753,47 €
Primeiro Sargento	2	12,91 €	32,27	25	677,71 €
Segundo Sargento	2	11,95 €	29,87	25	627,19 €
Cabo adjunto	2	8,07 €	20,17	25	423,48 €
Primeiro Cabo	2	7,23 €	18,08	25	379,72 €
Segundo Cabo	2	6,80 €	16,99	25	356,83 €
Soldado	3	6,71 €	16,77	25	519,84 €
Outras entidades	-	-	-	-	-
Total					4 238,7421

b. Custos com formadores

FORMADORES (INTERNOS E EXTERNOS)				
Posto/Categoria	Remuneração (por hora)	Outras despesas	Horas lecionadas	Custos
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	25	484,08 €
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	25	484,08 €
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	25	484,08 €
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	25	484,08 €
Cabo Adjunto	8,07	0,00 €	25	302,49 €
Cabo Adjunto	8,07	0,00 €	25	302,49 €
Total				2541,29

c. Custos com pessoal de apoio permanente

PESSOAL DE APOIO PERMANENTE				
Posto/Categoria	Função	Remuneração (por hora)	Duração (em horas)	Custos
01 Tenente Coronel	Chefe da Secção de Formação	23,76 €	25	8,45 €
01 Major	Diretor de Curso	20,09 €	25	7,43 €
01 Sargento Chefe	Adjunto da Secção de Formação	16,76 €	25	5,91 €
01 Sargento Ajudante	Adjunto do Diretor de Curso	14,83 €	25	5,23 €
Total				27,02

d. Custos com pessoal de apoio temporário

Posto/Categoria	Ação a desempenhar	N.º de elementos (por posto)	Remuneração (por hora)	Horas Despendidas	Outras despesas	Custos
Total						

NÃO CLASSIFICADO

3. Amortizações

Designação dos Bens	Qtd	Valor Patrimonial	Taxa de Amortização	Horas de Afetação	Custos
Camarata	01	50 000,00 €	5,00 %	25	3,62 €
Sala de aula	01	20 000,00 €	5,00 %	7	0,41 €
Cordelete de segurança	02	39,77 €	12,00 %	18	0,01 €
Cabo transportador de aço	01	301,67 €	20,00 %	18	0,02 €
Bloqueador "shunt" e "Crol"	01	27,50 €	12,00 %	18	0,00 €
Autobloqueador - descensor "GriGri"	01	30,00 €	12,00 %	18	0,00 €
Computador de secretária	01	311,10 €	25,00%	18	0,08 €
Autobloqueador "Stop"	01	42,50 €	12,00%	18	0,00 €
Descensor "Rack"	01	45,10 €	12,00%	18	0,01 €
Punho ascensor "Par"	01	50,25 €	12,00%	18	0,01 €
Corda de segurança individual (3m)	16	10,27 €	12,00%	18	0,02 €
Roldana simples com placas móveis "Rescue"	01	35,10 €	12,00%	18	0,00 €
Martelo de montanhismo	01	40,50 €	25,00%	18	0,01 €
Anéis de fita tubular (120, 140; 160, 180 cm)	01	39,15 €	12,00%	18	0,00 €
Roldana dupla "tandem"	01	45,00 €	12,00%	18	0,01 €
Descensor "8"	16	8,26 €	25,00%	18	0,03 €
Roldana com bloqueador (Traxion)	01	49,99 €	12,00%	18	0,01 €
Roldana dupla com placa móvel	01	54,15 €	12,00%	18	0,01 €
Corda estática 10,5mm (60m)	01	238,00 €	12,00%	18	0,03 €
Capacete escalada	16	41,15 €	12,00%	18	0,08 €
Arnês de cintura	16	65,65 €	12,00 %	18	0,01 €
Mosquetão com segurança	16	6,68 €	25,00%	18	0,03 €
Corda de descida para rapel, dinâmica 11mm (120m)	01	393,24 €	12,00%	18	0,05 €
Arnês de peito	16	85,65 €	12,00 %	18	0,01 €
Corda estática 10,5mm (120m)	01	476,00 €	12,00%	18	0,06 €
Arnês de corpo	16	105,65 €	12,00 %	18	0,01 €
Bota, montanhismo	16	133,08 €	12,00%	18	0,02 €
Aparelho de desmultiplicação de forças "Tirefor"	01	1 250,00 €	12,00%	18	0,16 €
Amarra	01	200,00 €	12,00%	18	0,03 €
Maca Kong	01	4000,00 €	25,00 %	18	1,04€
Maca envelope	01	800,00 €	25,00 %	18	0,21 €
Total					5,98 €

4. Despesas Gerais

a. Despesas com Combustíveis e Lubrificantes

Viatura	Consumo médio	Km a Percorrer	Preço/Litro	Custos
01 Auto TP 5 TOYOTA Land Cruiser HZJ74L D 4x4 MF/01	9	100	1,54 €	15,25 €
01 Auto Maca 4M IVEVO D 4x4 MF/90-95-96 40.10WM	10	100	1,54 €	16,94 €
01 Auto TG 2 TON 13 UNIMOG D 4x4 MA/89 U 1100L	20	100	1,54 €	33,88 €
Total				66,07 €

NÃO CLASSIFICADO**b. Despesas com Munições, Explosivos e Artífícios**

Designação da Munição	Quantidade	Preço Unitário	Custos
Total			

c. Despesas com Limpeza e Higiene

Encargos com Limpeza e Higiene (LH)	Efetivo Médio	N.º de Formandos	Duração da UFCD (DUF)	Custos
9898,73 €		16	3	6,21

d. Despesas com Alimentação - Refeições fornecidas

Designação da Refeição	Número de Refeições	Preço Refeição	Custos
1ª refeição	48	1,00	48,00 €
2ª refeição	48	2,10	100,80 €
3ª refeição	48	2,00	96,00 €
Total			244,80 €

e. Despesas com Vestuário e Artigos Pessoais

Designação do Artigo	Qtd	Preço	Custos
Nada a referir.			
Total			

f. Despesas com Materiais de Consumo

Designação do Material de Consumo	Qtd	Preço	Custos
Nada a referir.			
Total			

g. Despesas Material de Consumo Clínico

Designação do Artigo	Qtd	Preço	Custos
Nada a referir.			
Total			

h. Despesas com Prémios, Condecorações e Ofertas

Designação do Artigo	Qtd	Preço	Custos
Nada a referir.			
Total			

i. Despesas com Encargos das Instalações

Encargos com Instalações	Efetivo médio	N.º de Formandos	Duração da UFCD (DUF)	Custos
125 528,64 €	209,7307692	16	3	78,71 €

j. Despesas com Conservação de Bens

Encargos com Conservação de bens	Efetivo médio	N.º de Formandos	Duração da UFCD	Custos
90 283,17 €	209,7307692	16	3	56,61 €

k. Despesas com Comunicações

NÃO CLASSIFICADO

Descrição da despesa com comunicações	Custos
Nada a referir.	
Total	

I. Despesas com Transportes

Tipologia da viatura alugada	Custos
Nada a referir.	
Total	

m. Despesas com a Utilização de Infraestruturas de Transportes

Portagens a utilizar	N.º de Utilizações	Preço	Custos
Nada a referir.			
Total			

5. Custos por Unidade de Formação de Curta Duração

Tipologia	Global	Por Formando
Custo total	7 480,95 €	467,56 €
Custos Imputável à Direção de Formação	215,53 €	13,47 €
Custos Imputável ao Comando do Pessoal	6 807,05 €	425,44 €
Custos Imputável ao Comando da Logística	250,78 €	15,67 €
Custos Imputáveis à U/E/O	207,59 €	12,97 €
Custos Diretos	2 541,29 €	158,83 €
Custos Indiretos	4 724,13 €	295,26 €
Custos Imputável Entidades Externas	3 026,68 €	189,17 €
Custos Imputável Entidades Externas (sem alimentação)	2 781,88 €	173,87 €

FICHA DE CUSTOS DA FORMAÇÃO

1. Código – Designação

FCF.E00532A1 Transposição de obstáculos.

2. Cálculo de custos com pessoal

a. Custos com formandos

FORMANDOS					
Posto/Categoria	N.º Formandos (por posto)	Remuneração (por hora)	Outras despesas (Ajudas de Custo)	Duração UFCD (em horas)	Custos
Capitão	1	18,20 €	91,00	50	1 001,00 €
Tenente	2	14,35 €	71,76	50	1 506,94 €
Primeiro Sargento	2	12,91 €	64,54	50	1 355,42 €
Segundo Sargento	2	11,95 €	59,73	50	1 254,39 €
Cabo adjunto	2	8,07 €	40,33	50	846,96 €
Primeiro Cabo	2	7,23 €	36,16	50	759,43 €
Segundo Cabo	2	6,80 €	33,98	50	713,66 €
Soldado	3	6,71 €	33,54	50	1 039,68 €
Outras entidades	-	-	-	-	-
Total					8 477,48 €

b. Custos com formadores

FORMADORES (INTERNOS E EXTERNOS)				
Posto/Categoria	Remuneração (por hora)	Outras despesas	Horas lecionadas	Custos
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	50	968,16 €
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	50	968,16 €
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	50	968,16 €
Primeiro Sargento	12,91 €	0,00 €	50	968,16 €
Cabo Adjunto	8,07	0,00 €	50	604,97 €
Cabo Adjunto	8,07	0,00 €	50	604,97 €
Total				5 082,58 €

c. Custos com pessoal de apoio permanente

PESSOAL DE APOIO PERMANENTE				
Posto/Categoria	Função	Remuneração (por hora)	Duração UFCD (em horas)	Custos
01 Tenente Coronel	Chefe da Secção de Formação	23,76 €	50	33,80 €
01 Major	Diretor de Curso	20,09 €	50	29,73 €
01 Sargento Chefe	Adjunto da Secção de Formação	16,76 €	50	23,63 €
01 Sargento Ajudante	Adjunto do Diretor de Curso	14,83 €	50	20,91 €
Total				108,07 €

d. Custos com pessoal de apoio temporário

Posto/Categoria	Ação a desempenhar	N.º de elementos (por posto)	Remuneração (por hora)	Horas Despendidas	Outras despesas	Custos
Total						

3. Amortizações

Designação dos Bens	Qtd	Valor Patrimonial	Taxa de Amortização	Horas de Afetação	Custos
Camarata	1	50 000,00 €	5,00%	50	7,23 €
Sala de aula	1	20 000,00 €	5,00%	2	0,12 €
Cordelete de segurança	2	39,77 €	12,00%	48	0,03 €
Cabo transportador de aço	1	301,67 €	20,00%	48	0,17 €
Bloqueador "Crol" e "Shunt"	5	27,50 €	12,00%	48	0,05 €
Autobloqueador "Stop" e "Gri Gril"	5	42,50 €	12,00%	48	0,07 €
Entalador	30	7,47 €	12,00%	48	0,07 €
Descensor "Rack"	5	45,10 €	12,00%	48	0,08 €
Punho ascensor "Par"	5	50,25 €	12,00%	48	0,08 €
Corda de segurança individual (3m)	30	10,27 €	12,00%	48	0,10 €
Roldana simples "FIX" e com placas móveis "Rescue"	10	35,10 €	12,00%	48	0,12 €
Martelo de montanhismo	5	40,50 €	25,00%	48	0,14 €
Anel de fita tubular (120cm; 140 cm; 160 cm; 180 cm)	10	39,15 €	12,00%	48	0,13 €
Roldana dupla "tandem"	10	45,00 €	12,00%	48	0,15 €
Descensor "8"	30	8,26 €	25,00%	48	0,17 €
Roldana com bloqueador (Traxion)	10	49,99 €	12,00%	48	0,17 €
Roldana dupla com placa móvel	10	54,15 €	12,00%	48	0,18 €
Corda estática 10,5mm (60m)	3	238,00 €	12,00%	48	0,24 €
Arnês de cintura	16	65,65 €	12,00%	48	0,35 €
Mosquetão de segurança	45	6,68 €	25,00%	48	0,21 €
Corda de descida para rapel, dinâmica 11mm (50m, 120m)	3	393,24 €	12,00%	48	0,39 €
Arnês de peito	16	85,65 €	12,00%	48	0,46 €
Corda estática 10,5mm (120m)	3	238,00 €	12,00%	48	0,24 €
Arnês de peito	16	85,65 €	12,00%	48	0,46 €
Arnês de corpo	16	105,65 €	12,00%	48	0,56 €
Bota, montanhismo e Capacete	16	133,08 €	12,00%	48	0,71 €
Aparelho de desmultiplicação de forças "Tirefor"	2	1 250,00 €	12,00%	48	0,83 €
Amarra	1	200,00 €	12,00%	48	0,07 €
Maca Kong	1	4 000,00 €	25,00%	48	2,78 €
Maca envelope	1	800,00 €	25,00%	48	0,56 €
Total					16,90 €

4. Despesas Gerais

a. Despesas com Combustíveis e Lubrificantes

Viatura	Consumo médio	Km a Percorrer	Preço/Litro	Custos
01 Auto TP 5 TOYOTA Land Cruiser HZJ74L D 4x4 MF/01	9	100	1,54 €	15,25 €
01 Auto Maca 4M IVEVO D 4x4 MF/90-95-96 40.10WM	10	100	1,54 €	16,94 €
01 Auto TG 2 TON 13 UNIMOG D 4x4 MA/89 U 1100L	20	100	1,54 €	33,88 €
Total				66,07 €

NÃO CLASSIFICADO**b. Despesas com Munições, Explosivos e Artíficos**

Designação da Munição	Quantidade	Preço Unitário	Custos
Total			

c. Despesas com Limpeza e Higiene

Encargos com Limpeza e Higiene (LH)	Efetivo Médio	N.º de Formandos	Duração da UFCD (DUF)	Custos
9 898,73 €	209,7307692	16	7	14,48 €

d. Despesas com Alimentação - Refeições fornecidas

Designação da Refeição	Número de Refeições	Preço Refeição	Custos
1ª refeição	112	1,00	112,00 €
2ª refeição	112	2,10	235,20 €
3ª refeição	112	2,00	224,00 €
Total			571,20 €

e. Despesas com Vestuário e Artigos Pessoais

Designação do Artigo	Qtd	Preço	Custos
Total			

f. Despesas com Materiais de Consumo

Designação do Material de Consumo	Qtd	Preço	Custos
Total			

g. Despesas Material de Consumo Clínico

Designação do Artigo	Qtd	Preço	Custos
Total			

h. Despesas com Prémios, Condecorações e Ofertas

Designação do Artigo	Qtd	Preço	Custos
Total			

i. Despesas com Encargos das Instalações

Encargos com Instalações	Efetivo médio	N.º de Formandos	Duração da UFCD (DUF)	Custos
125 528,64 €	209,7307692	16	7	183,66 €

j. Despesas com Conservação de Bens

Encargos com Conservação de bens	Efetivo médio	N.º de Formandos	Duração da UFCD	Custos
90 283,17 €	209,7307692	16	7	132,09 €

k. Despesas com Comunicações

NÃO CLASSIFICADO

Descrição da despesa com comunicações	Custos
Total	

I. Despesas com Transportes

Tipologia da viatura alugada	Custos
Total	

m. Despesas com a Utilização de Infraestruturas de Transportes

Portagens a utilizar	N.º de Utilizações	Preço	Custos
Total			

5. Custos por Unidade de Formação de Curta Duração

Tipologia	Global	Por Formando
Custo total	15 083,58 €	942,72 €
Custos Imputável à Direção de Formação	431,05 €	26,94 €
Custos Imputável ao Comando do Pessoal	13 668,13 €	854,26 €
Custos Imputável ao Comando da Logística	588,10 €	36,76 €
Custos Imputáveis à U/E/O	396,29 €	24,77 €
Custos Diretos	5 082,58 €	317,66 €
Custos Indiretos	9 569,95 €	598,12 €
Custos Imputável Entidades Externas	6 175,05 €	385,94 €
Custos Imputável Entidades Externas (sem alimentação)	5 603,85 €	350,24 €

Anexo (HORÁRIO TIPO) ao Referencial de Curso de Montanhismo.

HORÁRIO TIPO

1. Primeira semana

TF	2.ª Feira	3.ª Feira	4.ª Feira	5.ª Feira	6.ª Feira	
08h00 - 08h50	Cerimonia Abertura	FIF0531A-2.4	FIF0531A-2.5	PP	FIF0532A-1.2	
09h00 - 09h50	FIF0531A-1.1		FIF0531A-2.6			FIF0532A-1.1
10h00 - 10h50	FIF0531A-1.2			FIF0532A-1.2	FIF0532A-1.3	
11h00 - 11h50	FIF0531A-2.1					
14h00 - 14h50	FIF0531A-2.1	FIF0531A-2.4	FIF0531A-2.6	FIF0532A-1.2	FIF0532A-1.3	
15h00 - 15h50	FIF0531A-2.2	FIF0531A-2.5				TT
16h00 - 16h50						
17h00 - 17h50	FIF0531A-2.3					
Assíncronas						
Assíncronas						
Assíncronas						

2. Segunda semana

TF	2.ª Feira	3.ª Feira	4.ª Feira	5.ª Feira	6.ª Feira
08h00 - 08h50	FIF0532A-1.3	FIF0532A-1.7	FIF0532A-2.1	FIF0532A-3.1	PP
09h00 - 09h50	FIF0532A-1.4			FIF0532A-3.2	
10h00 - 10h50	FIF0532A-1.5				
11h00 - 11h50					
14h00 - 14h50	FIF0532A-1.5	FIF0532A-1.8	FIF0532A-2.2	FIF0532A-3.2	Manutenção Equipamento
15h00 - 15h50	FIF0532A-1.6	FIF0532A-1.9		FIF0532A-3.3	Manutenção Instalações
16h00 - 16h50					Cerimonia Encerramento
17h00 - 17h50					
Assíncronas					
Assíncronas					
Assíncronas					