



Candidato:	
Convite feito pelo Guia:	
Data de Nascimento:	Aval da Diretoria:
Data de entrada no clube:	
Adimplente: Sim Não	

Etapas a serem cumpridas pelo candidato:

1 - Conhecimentos Comuns	Data de Início Data Conclusão Data Limite	Assinatura Diretor Técnico	Assinatura Presidente
2 - Guia de Montanha 1	Data de Início Data Conclusão Data Limite	Assinatura Diretor Técnico	Assinatura Presidente
3 - Guia de Montanha 2	Data de Início Data Conclusão Data Limite	Assinatura Diretor Técnico	Assinatura Presidente
4 - Guia de Montanha 3	Data de Início Data Conclusão Data Limite	Assinatura Diretor Técnico	Assinatura Presidente
5 - Guia de Ciclismo 1	Data de Início Data Conclusão Data Limite	Assinatura Diretor Técnico	Assinatura Presidente
6 - Guia de Ciclismo 2	Data de Início Data Conclusão Data Limite	Assinatura Diretor Técnico	Assinatura Presidente

	Diretor Técnico	Assinatura	Data
1 CONHECIMENTOS COMUNS OBRIGATÓRIOS PARA OS GUIAS DO CLUBE			

		Avaliador	Assinatura	Data
1.A ORIENTAÇÃO				
1.A-1	Demonstrar bons conhecimentos de bússola			
1.A-2	Saber localizar os pontos cardeais pelo(a):			
	1.A-2-1 Relógio de ponteiro			
	1.A-2-2 Sol			
	1.A-2-3 Movimento da sombra do sol			
	1.A-2-4 Lua			
	1.A-2-5 Cruzeiro do Sul			
1.A-3	Saber orientar e interpretar um mapa com curvas de nível, sabendo identificar quando é montanha, vale, rios, depressão, lado mais alto, mais baixo, mais íngreme, etc.			
1.A-4	Fazer um trilha desconhecida com orientação de um mapa ou croqui, previamente fornecido.			

		Avaliador	Assinatura	Data
1.B EMERGÊNCIA				
1.B-1	Ter sido aprovado em curso básico de suporte à vida, com no mínimo 12h			
1.B-2	Demonstrar conhecimento em animais peçonhentos e venenosos.			

		Avaliador	Assinatura	Data
1.C METEOROLOGIA				
1.C-1	Ter experiência em atividades ao ar livre e conhecer os perigos meteorológicos.			

		Avaliador	Assinatura	Data
1.D ÉTICA E ORGANIZAÇÃO				
1.D-1	Demonstrar conhecimento e respeito ao Código de Ética Local.			
1.D-2	Participar de 3 atividades Esportivas do CNM.			
1.D-3	Organizar 1 atividade para mais de 4 pessoas, com supervisão de um guia do CNM.			

		Diretor Técnico	Assinatura	Data
2 GUIA DE MONTANHA 1 - CAMINHADA				
		Avaliador	Assinatura	Data
2.A MONTANHA				
2.A-1 Ter feito 10 caminhadas de 1 dia				
	1 -			
	2 -			
	3 -			
	4 -			
	5 -			
	6 -			
	7 -			
	8 -			
	9 -			
	10 -			
2.A-2 Ter feito 1 bivaque em montanha (Sem Barraca)				
	1 -			
2.A-3 Ter feito 6 caminhadas de 2 dias (Pernoite em barraca)				
	1 -			
	2 -			
	3 -			
	4 -			
	5 -			
	6 -			
2.A-4 Ter feito 3 caminhadas de 3 dias (Pernoite em barraca ou abrigo)				
	1 -			
	2 -			
	3 -			
		Avaliador	Assinatura	Data
2.B NOÇÕES DE ESCALADA				
2.B-1 Entender a dinâmica de uma escalada.				
2.B-2 Demonstrar conhecimentos básicos de utilização dos seguintes equipamentos: capacete, boudrier, solteira, mosquetão, freios manuais, corda dinâmica e corda estática.				
2.B-3 Noções básicas de rapel, tendo feito pelo menos 1 rapel de no mínimo 30 metros.				
	1 -			
2.B-4 Saber fazer, utilizar e descrever a aplicação dos seguintes nós:				
	2.B-4-1 Oito Duplo			
	2.B-4-2 Azelha simples			
	2.B-4-3 Volta do Fiel			
	2.B-4-4 Boca de Lobo			
	2.B-4-5 UIAA			
	2.B-4-6 Nó de Fita			
	2.B-4-7 Prussik			
	2.B-4-8 Frade			
	2.B-4-9 Pescador Duplo			

		Diretor Técnico	Assinatura	Data
3 GUIA DE MONTANHA 2 - ESCALADA				
		Avaliador	Assinatura	Data
3.A EMERGÊNCIA				
3.A-1 Ter sido aprovado em um curso básico de auto resgate (TAR)				
		Avaliador	Assinatura	Data
3.B ORGANIZAÇÃO				
3.B-1 Ter aberto 5 atividades do nível de Montanha 1				
1 -				
2 -				
3 -				
4 -				
5 -				
		Avaliador	Assinatura	Data
3.C NÓS E VOLTAS				
3.C-1 Demonstrar domínio na execução dos nós e voltas abaixo descritos, bem como sua aplicação e alternativas.				
3.C-1-1	Laiz de Guia com Arremate			
3.C-1-2	Laiz de Guia Duplo com Arremate			
3.C-1-3	Borboleta Alpina			
3.C-1-4	Azelha em Oito			
3.C-1-5	Volta da Fateixa			
3.C-1-6	Machard			
3.C-1-7	Autoblock			
3.C-1-8	Bachmann			
3.C-1-9	Mula			
3.C-1-10	Mariner			
3.C-1-11	Purcell Prussik			
3.C-1-12	Oito Direcionado			
3.C-1-13	Nó de Montanha			
3.C-2	Fazer e usar uma cadeirinha e um peitoral de corda ou fita. (ascensão ou rapel)			
		Avaliador	Assinatura	Data
3.D ESCALADA				
3.D-1 Ter sido aprovado em um curso de Guia de Cordada ou demonstrar conhecimento total de seu conteúdo.				
3.D-2 Demonstrar bom domínio das técnicas de posicionamento das proteções em relação ao guia da cordada.				
3.D-3 Montar sistemas diferentes de paradas, equalização ou não, utilizando: proteções fixas (grampos e chapeletas); proteções naturais (árvores e rocha); fitas e mosquetões; somente fitas; e corda.				
3.D-4 Ter feito uma descida em rapel aéreo de no mínimo 30 metros.				
3.D-5 Ter feito, GUIANDO, 15 vias de no mínimo 100 metros.				
3.D-6 Ter feito, guiando ou revezando, 3 vias de longa extensão (mínimo de 300 metros).				
3.D-7 Ter feito guiando ou revezando ao menos 2 chaminés.				
3.D-8 Demonstrar conhecimentos em vias ferratas e ter feito pelo menos 1 via que possua lances com cabo de aço.				
1 -				

	Diretor Técnico	Assinatura	Data
4 GUIA DE MONTANHA 3 - ESCALADA			

		Avaliador	Assinatura	Data
4.A ESCALADA				
4.A-1 Saber instalar um grampo e/ou chapeleta (conquista ou manutenção de via).				
	1 -			
4.A-2 Demonstrar bom conhecimento dos equipamentos móveis atuais.				
4.A-3 Ter feito, GUIANDO, 3 vias com ao menos 15 metros de proteção móvel.				
	1 -			
	2 -			
	3 -			
4.A-4 Ter feito uma ascensão em artificial móvel de no mínimo 5 metros de extensão.				
	1 -			
4.A-5 Ter feito, GUIANDO, 3 vias de longa extensão (mínimo de 300metros).				
	1 -			
	2 -			
	3 -			
4.A-6 Ter feito guiando ou revezando 3 vias de longa duração (D3) em montanha. (Ex.: Serra dos Órgãos, Salinas, Corcovado e Alto Mourão).				
	1 -			
	2 -			
	3 -			

		Avaliador	Assinatura	Data
4.A ORGANIZAÇÃO				
4.A-1 Ter aberto 5 atividades de nível de Montanha 2.				
	1 -			
	2 -			
	3 -			
	4 -			
	5 -			

	Diretor Técnico	Assinatura	Data
5 GUIA DE CICLISMO 1			

	Avaliador	Assinatura	Data
5.A EMERGÊNCIA			
5.A-1 Conhecer a utilidade específica de cada equipamento de proteção e iluminação.			

	Avaliador	Assinatura	Data
5.B TEÓRICO			
5.B-1 Conhecer legislação de trânsito específica para bicicletas.			

	Avaliador	Assinatura	Data
5.C TÉCNICA DE CICLISMO			
5.C-1 Saber reconhecer se uma bicicleta está em boas condições de uso.			
5.C-2 Saber utilizar com destreza as marchas de uma bicicleta com pelo menos 18 combinações.			

	Diretor Técnico	Assinatura	Data
6 GUIA DE CICLISMO 2			

	Avaliador	Assinatura	Data
6.A ORGANIZAÇÃO			
6.A-1 Ter aberto 5 atividades de bicicleta, com até 1 dia de duração.			
1 -			
2 -			
3 -			
4 -			
5 -			

	Avaliador	Assinatura	Data
6.B TÉCNICA DE CICLISMO			
6.B-1 Ter participado de 3 pedaladas com distância total superior a 100km			
1 -			
2 -			
3 -			
6.B-2 Ter pedalado em um único dia distância superior a 60km			
1 -			
6.B-3 Conhecer as diferenças entre os principais tipos de bicicletas, pneus e equipamentos atuais.			
6.B-4 Ter noção básica de mecânica de bicicleta.			

Observações e histórico