

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Curso de ALPINISMO BÁSICO (NIVEL 1)

Sección de Formación

Fecha: 22 y 23 de Enero 2022

Lugar de realización: Sierra de Guadarrama

Número de participantes: 8

Transporte: Vehículo particular

Coordinador/a: Teresa Arribas

Correos de contacto: (t.arribasl@gmail.com; formacion@montanapegaso.es)

Formadores: Guía de la Escuela Madrileña de Alta Montaña- Federación Madrileña de Montaña

Descripción del curso

Curso de ALPINISMO BÁSICO impartido por guías de la Escuela Madrileña de Alta Montaña (EMAM-FMM)

El objetivo es dominar las técnicas de progresión y auto-detención con crampones y piolet para poder realizar con autonomía y seguridad recorridos por montaña en terreno nevado, donde no sea necesario el uso de cuerda. Los principales contenidos del curso son:

- Teóricos: material específico, piolet y crampones; planificación de una salida invernal, meteorología, material, alimentación, material de protección personal, horarios, etc.; nociones básicas sobre el manejo de ARVA.
- Prácticos: progresión con piolet y crampones, distintas inclinaciones y técnicas; auto-detenciones, aprendizaje y perfeccionamiento.

El curso incluye:

- Clases prácticas en el medio natural.
- Préstamo del material individual: casco, piolet y crampones.
- Manual técnico
- Certificado del curso.
- Profesorado titulado TD

Requisitos del curso

Es imprescindible tener la licencia en vigor con la modalidad indicada en el apartado siguiente. Tendrán preferencia en la inscripción aquellos socios que hayan participado y/o colaborado con el club durante el 2021.

NO son necesarios conocimientos previos en Alpinismo.

Precio y seguro

El precio del curso es de 57 €.

Las licencias válidas por la que queda cubierta la actividad son AU, B, C, D, E, B6 y OT, es decir, aquellas que incluyen en su cobertura "Todas las actividades de montaña".

Otra información reseñable

Aunque el curso es de fin de semana, no hay pernocta ya que se va y viene en el día. Se coordinará el viaje entre los participantes. El lugar exacto de realización se concretará días



PEGASO
A.D. GRUPO MONTAÑA

antes del curso, atendiendo a las condiciones meteorológicas y el estado de la nieve.

Material: el curso incluye el material básico de seguridad, es decir, casco, piolet y crampones. El resto de material personal correrá a cuenta de cada participante.

Conocimientos previos: aunque es cierto que no se requieren conocimientos o experiencia previa en alpinismo, es recomendable haber realizado actividades de montañismo en época invernal.

Inscripción: Una vez aceptada la inscripción, se deberán enviar los siguientes datos al correo de contacto (t.arribas1@gmail.com)

- Nombre
- Apellidos
- Fecha Nacimiento
- DNI
- Correo Electrónico
- Número de teléfono móvil