



INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Curso de ALPINISMO I Sección de Formación

Fecha: 4 y 5 de febrero 2023

Lugar de realización: Valle de Aragón, Huesca.

Número de participantes: 8

Transporte: Vehículo particular

Coordinador/a: Teresa Arribas (t.arribas@gmail.com)

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.

Alojamiento

Albergue de Villanúa, C/ La Selva 18. Avda. Francia 5. 22870 Villanúa (Huesca).

Transporte

El viaje se realizará en vehículos particulares y se coordinará con los participantes.

Requisitos del curso

Es **imprescindible** tener la licencia en vigor. Las licencias válidas son aquellas que incluyen en su cobertura "Todas las actividades de montaña", independientemente de si son anuales, trimestrales o semestrales.

NO son necesarios conocimientos previos en Alpinismo, aunque es recomendable haber realizado actividades de montañismo en época invernal.

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: ropa de nieve (pantalón y chaqueta-abrigo tipo esquí, o válido para nieve), ropa de recambio, botas rígidas o semirrígidas que sean válidas para crampón de correas y resistentes al agua. Guantes y gafas. Recomendable guetres o polainas.

Agua y comida.

Precio

- **Coordinadores y/o colaboradores:** 115 €
- **Resto de socios:** 143 €

El curso incluye:



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

- Clases prácticas en el medio natural.
 - Préstamo del material individual: casco, piolet y crampones.
 - Manual técnico.
 - Certificado del curso.
 - Profesorado titulado TD
 - Alojamiento en régimen de alojamiento, desayuno y la cena del sábado.
-

Inscripción

Todos los interesados deberán apuntarse en "Lista de espera", y una vez comprobados los requisitos para la realización del curso, serán inscritos en la actividad.

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
 - Licencia federativa (tipo y número)
-

Otra información reseñable

Se coordinará el viaje entre los participantes.

El lugar exacto de realización se concretará días antes del curso, atendiendo a las condiciones meteorológicas y el estado de la nieve.
