



## **CURSO DE ALPINISMO GLACIAR 2010**

**FECHAS: 17 Y 18 ABRIL, 2010**

**LUGAR : Valle de Tena.**

**OBJETIVO GENERAL:** Adquirir conocimientos teórico-prácticos para realizar ascensiones en medio glaciar con autonomía y seguridad por rutas fáciles en pendientes de hasta 50º. Utilización básica de cuerda, crampones, piolet, etc.

**NIVEL: Iniciación.**

**NUMERO DE ALUMNOS:** 24 máximo y 9 mínimo.

**RATIO:** Un instructor por cada 4 / 6 cursillistas (flexible, en función del número de inscritos).

### **CONTENIDOS:**

- Conocimiento del medio y sus peligros.
- Conocimiento del material y equipo básico.
- Técnicas de auto detención en nieve.
- Técnicas de aseguramiento y detención en cordada.
- Técnicas de descenso y anclajes.

### **PRECIOS:**

- Precio curso **130 €.**
- 10% Descuento para inscripciones con 10 días de antelación **117 €**

### **El precio incluye:**

- 1 día de alojamiento en régimen de media pensión (cena y desayuno). El que tenga alojamiento alternativo no paga esta parte.
- Un dossier técnico con los contenidos del curso.
- Utilización del material técnico de la GGME: cuerda, arnés, casco, piolet, crampones, etc.,....”
- Diploma acreditativo de la participación en el curso.

### **El precio NO incluye:**

- Viaje.
- Comida de sábado y domingo (picoteo).

### **MATERIAL INDIVIDUAL:**

- Saco de dormir.
- Ropa de abrigo, gafas de sol, gorro, guantes, crema solar.
- Mochila y cantimplora.
- Piolet y crampones adaptados a las botas.
- Arnés, cintas, 2 mosquetones de seguridad.
- Botas rígidas de plástico o cuero, polainas y ropa impermeable.

### **MUY IMPORTANTE:**

Necesario estar Federado con la cobertura Pirineos.

Los no Federados podrán contratar un seguro de fin de semana por 12 Euros.

### **NOTAS:**

-. Todos los alumnos recibirán un ejemplar de la revista El Mundo de los Pirineos y Euskal Herria regalado por el patrocinador oficial de la Federación **Sua Ediciones.**

También se sorteará diverso material de montaña regalado por los comercios colaboradores de la Federación: **Aralar Kirolak, Belharra e Izadi Kirolak.**

- La dirección del curso se reserva el derecho de variar el programa dependiendo de las condiciones del tiempo u otros factores.
- La dirección del curso se reserva el derecho de retirar del curso a los alumnos que no cumplan los requisitos exigidos o no se atengan a la disciplina del curso.
- La G.G.M.E. dispone de material técnico que pondrá a disposición de los alumnos que lo deberán solicitar al rellenar la hoja de inscripción.



**REUNION PREVIA:**

- El día **15 de abril**, se celebrará una reunión a las **19:30h en la Kirol Etxea (Estadio de Anoeta)**, con todos los alumnos e instructores, para concretar detalles del curso y solucionar dudas.
- El alumno que no pueda asistir, deberá ponerse en contacto con el director del curso.

**DIRECTOR DEL CURSO: GORKA OBESO ARDAIZ    TELEFONO: 646 330 938**

**INFORMACION e INSCRIPCIONES:**

Federación Guipuzcoana de Montaña

Anoetako Estadioa • 20014 Donostia

Tel: 943 461 440 \* e-mail: gmf-federatuak@kirolak.net

Lunes-miércoles-Jueves: 11:00-13:50 h y 17:00-19:50 h

***El pago de la matricula se efectuará en:***

CAJA LABORAL:C/C 3035.0060.41.0600056348 Gipuzkoako Goi Mendi Eskola

---

**Notas:**

- La inscripción no será válida hasta la presentación del recibo de ingreso.
- El hecho de inscribirse a este curso implica someterse a la disciplina del mismo y a las indicaciones de los instructores.
- Cualquier caso o duda que pueda surgir será aclarado por la Dirección del curso.
- BECA JOVENES DE 15 A 21 AÑOS: 65% (Programa de Promoción para jóvenes federados con la Federación Vasca de Montaña).