



CURSO DE ESCALADA EN HIELO

FECHAS: 6 y 7 de febrero de 2010

LUGAR : Bielsa

OBJETIVOS GENERALES:

- **Iniciación:** Conocimientos del material y su correcto uso en cascadas de hielo.
- **Perfeccionamiento:** Adquirir conocimientos teórico – prácticos para realizar ascensiones en cascadas de hielo con autonomía y seguridad.

REQUISITOS DEL ALUMNO:

Iniciación - Perfeccionamiento:

- Federado con la cobertura correspondiente
- Condición física aceptable y conocimiento de la alta montaña estival
- No tener impedimento médico par realizar la actividad
- Mayor de edad o menor con autorización

CONTENIDOS:

- Material y equipo (repaso del material básico y específico).
- Evolución de los nuevos materiales (piolet, crampones, tornillos, disipadoras, ganchos y dragoneras)
- Técnicas de progresión con piolet técnico y crampones en muros verticales.
- Aspectos técnicos como reuniones de hielo, distancia entre tornillos, triangulación bloqueada, progresión de la cordada, aseguramiento al segundo y al primero, factores de caída.
- Técnicas de seguridad, instalación de tornillos, abalacof, rápeles,...

NIVELES : Iniciacion y Perfeccionamiento.

NUMERO DE ALUMNOS:

- **Iniciación:** máximo: 12 / mínimo: 4
- **Perfeccionamiento:** máximo: 10 / mínimo: 4

RATIOS:

- **Iniciación:** un instructor por cada 4 alumnos.
- **Perfeccionamiento:** un instructor por cada 2 alumnos.

PRECIOS:

- Inscripción hasta el 3 de febrero de 2010 (inclusive): - **Iniciación:** 112 €. // - **Perfeccionamiento:** 179 €.

El precio incluye:

- Un día de alojamiento en media pensión en el refugio de Pineta de la FEDME (por lo que el que no lleve el carnet de la FEDME tendrá que pagar un suplemento de 7 euros)
- Un dossier técnico con los contenidos del curso
- Diploma de participación.
- Utilización del material técnico de la GGME: “ arnés, piolet, etc,....”

El precio NO incluye:

- *Viaje*
- Comida durante la actividad.

MATERIAL INDIVIDUAL:

- Arnés, mosquetones, cuerda, bagas, tornillos de hielo,
- Ropa de abrigo, ropa impermeable, gafas de sol, gorro, guantes, crema solar
- Piolet y crampones adaptados a las botas
- Saco de dormir, linterna frontal
- Comida de picoteo durante el día
- Mochila, cantimplora
- El que cada alumno considere necesario para desarrollar la actividad



NOTAS:

- Es obligatorio tener la cobertura correspondiente en la licencia de federado.
- 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.

REUNIÓN PREVIA:

- El día **4 de febrero de 2010**, se celebrará una reunión a las **19.00h.** 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: IOSU MERINO**

*** Teléfono: 607 645 834**

INFORMACION e INSCRIPCIONES:

Federación Guipuzcoana de Montaña

KIROL ETXEA – Pº de Anoeta, 5 - 20014 Donostia

Tel: 943 461 440 • Fax: 943 474 574 – e-mail: gmf-federatuak@kirolak.net

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

El pago de la matrícula se efectuará en:

CAJA LABORAL:C/C 3035.0060.41.0600056348 Escuela Guipuzcoana de Alta Montaña

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).