

CURSO DE ESCALADA *EN HIELO NIVEL 1*



CURSO DE ESCALADA EN HIELO NIVEL 1:

DURACIÓN:

El curso tiene una duración de dos días.

OBJETIVOS DEL CURSO:

- Conocer los diferentes tipos de material y sus usos.
- Aprender la técnica gestual en la escalada en hielo.
- Aprender el aseguramiento en escalada en hielo.
- Conocer los diferentes tipos de seguros que se utilizan.
- Aprender el montaje de reuniones en escalada en hielo.



PLANTEAMIENTO DEL CURSO:

- Primer día: EL primer día trabajaremos en una cascada de hielo, donde la dificultad será de suave a moderada, trabajaremos la técnica gestual del cramponaje y de la pegada de piolet, buscando la manera eficiente, a y aprenderemos cuales son los mejores emplazamientos para el piolet. Aprenderemos que colocación del cuerpo debemos tener a la hora de poner los seguros, y como buscar su mejor emplazamiento. Aprenderemos el uso de la cesta o reverso para asegurar y el uso de la doble cuerda.
- Segundo día: Realizaremos una escalada a una cascada, donde tengamos que montar una reunión intermedia, para aprender la importancia de la ubicación de la reunión en escalada en hielo, y su colocación de tornillos, aprenderemos aspectos importantes a tener en cuenta a la hora de salir de reunión. Practicaremos las diferentes técnicas de montaje de rapel, y realizaremos el descenso en rapel.

MATERIAL OBLIGATORIO:

- Ropa adecuada a la actividad (pantalón de montaña de invierno, chaqueta impermeable y plumas).
- Piolets técnicos, crampones.
- Arnés y caso.
- Gafas de sol y mascara.
- Dos pares de guantes.(con membrana impermeable).
- Mochila adecuada al alpinismo de 30 litros aprox.
- Botas de Alta montaña



¿QUÉ INCLUYE EL CURSO?

- Planificación y gestión de la actividad.
- Seguro de accidentes y responsabilidad Civil.
- Guía de Alta Montaña titulado.
- Material colectivo necesario para el desarrollo de la formación.



¿QUÉ NO ESTA INCLUIDO?

- Lo especificado en **material obligatorio**.
- Transporte al lugar de la actividad.
- Alojamiento y manutención de los participantes.
- Gastos imprevistos durante la actividad.

TARIFA:

1 PERSONA: 400€ x persona.

2 PERSONAS: 250€ x persona.

3 PERSONAS: 200€ x persona.

4 PERSONAS: 175€ x persona.

RESERVA:

Para formalizar la reserva y poder acudir a la actividad, hay que realizar un ingreso del 20% en el número de cuenta: ES49 1465 0100 9517 4609 1975. O realizando un Bizum en el teléfono: 608325201. Indicando en ambos casos, CURSO DE ESCALADA EN HIELO NIVEL 1, la fecha, y nombre del participante.

PAGO:

El resto del pago se realizará en efectivo el primer día
ACTIVIDAD.