

PROPEROS CURSOS A LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

Esquí de muntanya	Nivell 1	Del 12 al 24 de febrer	Club Excta. Madteam Cordada, Ass. Excta. I Ecologista
Escalada en gel		Del 23 al 24 de febrer	Unió Excta. de Catalunya Barcelona

Informa-te'n a www.feec.cat

ENTITATS DE LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

AGRUP. CULT. ESP. BOMBERS DE BARCELONA (SE) – AGRUP. CULT. FOLKLÒRICA BARCELONA (SE) – AGRUP. EXCTA. BUFALÀ – AGRUP. EXCTA. CATALUNYA – AGRUP. EXCTA. ICÀRIA – AGRUP. EXCTA. MUNTANYA – AGRUP. EXCTA. PEDRAFORÇA – ASS. D'ESCALADA I EXCUR. LES CORTS – ASS. ESP. DEU DITS – ASS. ESP. INTEMPÈRIE – ASS. EXCTA. ETNOGRAFIA I FOLKLORE – ASS. SANT MARTÍ ESPORT (SE) – CANYONING CLUB PUNTO LÍMITE – CASP, ANTICS ALUMNES ASSOCIATS (SE) – CENTRE ACTIV. MUNTANYA NOU BARRIS – CENTRE D'ACTIVITATS DE MUNTANYA BASE – CENTRE EXCTA. ÀLIGA – CENTRE EXCTA. BADALONA – CENTRE EXCTA. DE CATALUNYA – CENTRE EXCTA. ELS BLAUS – CENTRE EXCTA. PUIGCASTELLAR – CLUB ALPINO BARCELONA – CLUB D'ATLETISME NOU BARRIS (SE) – CLUB ESP. LES PANTERES GROGUES – CLUB ESP. PRORUNNERS – CLUB ESP. UNIV. ENGI. TELECE-CEUETL (SE) – CLUB ESQUÍ PUIGMAL (SE) – CLUB EXCTA. ARESTA NORD – CLUB EXCTA. CIMA – CLUB EXCTA. DE GRÀCIA – CLUB EXCTA. I DE MUNTANYA TAXONERA - CLUB EXCTA. MADTEAM – CLUB EXCTA. PIRENAIC – CLUB MUNTANYENC BARCELONÈS – CLUB MUNTANYENC L'HOSPITALET – COLLA EXCTA. LA SENYERA – CORDADA ASSOCIACIÓ EXCURSIONISTA – ESPELEO CLUB DE GRÀCIA (SE) – FOMENT EXCTA. DE BARCELONA – FOMENT MARTINENC (SE) – G10, ASS. D'AMICS DE LES MUNTANYES - GRUP DE MUNTANYA DEL CASAL LAMBDA – GRUP MUNTANYA SANT PERE CLAVER – ORFEÓ GRACIENC (SE) - PENYA EXCTA. GUIMERÀ – PENYA FONDISTES BADALONA – TAULA DE JOVES COMTAL (SE) – UNIÓ CARAVANISTA DE CATALUNYA (SE) – UNIÓ EXCTA. DE CAT. AGRUP. ESP. D'ALPINISME I ESQUÍ — UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA BARCELONA – UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA DE GRÀCIA – UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA D'HORTA – UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA DE SANTS – UNIÓ EXCTA. SANT MARTÍ PROVENÇALS



JORNADA TÈCNICA ÚS PIOLET I GRAMPONS

6 i 9 de febrer

ORGANITZA:



AMB EL SUPORT DE :



CURSOS PROMOCIÓ 2019

PRESENTACIÓ

Es una unitat formativa d'un temari limitat individual, que es desenvolupa en una sola sessió eminentment pràctica.

DIRIGIT A:

NIVELL 1: Practicants en muntanya hivernal que volen conèixer les tècniques bàsiques de la utilització de piolets i grampons.

NIVELL 2: Practicants en muntanya hivernal que l'inici de la temporada serveixi per recordar les tècniques bàsiques de la utilització de piolets i grampons en les seves activitats.

FINALITAT:

Contribuir amb la formació a conscienciar als practicants dels riscos que el medi pot presentar, i saber valorar-los.

TEMARI

- Progressió per pendents de neu i descens.
- Utilització, tipus i tècniques d'utilització del piolet.
- Progressió per pendents de neu i descens amb piolet.
- Tipus, utilització i col·locació de grampons.
- Progressió amb grampons i descens.
- Autodetencions en pendents de neu:
 - Figures bàsiques d'autodetenció amb piolet.
 - Autodetenció en pendents de neu sense piolet.

MATERIAL INDIVIDUAL OBLIGATORI:

Piolet, grampons i casc.

NORMES DEL CURS

- Places de 6 a 12 alumnes.
- Edat mínima 16 anys. Els menors de 18 anys hauran de presentar l'autorització signada de la tutela i adjuntar fotocòpia de DNI (tutors).
- Cal tenir un carnet federatiu anual de la FEEC any 2019, tipus C, o tramitar un carnet temporal pels dies del curs (5 € per dia).
- La direcció del curs, tindrà la possibilitat de modificar el programa previst, en el cas que les condicions climatològiques ho aconsellin.
- La direcció del curs i el seu equip es reserven el dret d'excloure del curs, qualsevol alumne que demostris desinterès, manca de capacitat, o incompliment de les normes.
- El participant assumeix doncs els possibles riscos que això comporta i es compromet a seguir les instruccions que en cada moment se li doni per part del professorat.
- Els viatges, àpats i pernoctacions aniran per compte de l'alumne.

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA CATALUNYA

Padilla, 255-263 1ª 08013 – BARCELONA

aec@aec.cat // 933024529

CLUB EXCTA. PIRENAIC

Duran i Bas, 16 baixos 1ª 08002 – BARCELONA

cep@pirenaic.cat // 933024239

PROGRAMA

FEBRER

Dimecres, 6 **Presentació.** A l'entitat Agrupació Excta. Catalunya a les 20h.

Dissabte, 9 **Sessió pràctica.**

DIRECTOR: Javier Aznar (Tècnic Esportiu Alta Muntanya).

L'equip docent està format per membres de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya - ECAM.

DRETS D'INSCRIPCIÓ: Subvencionat per la FEEC

35 €, per alumne amb carnet federatiu anual.

42 €, per alumne sense carnet federatiu anual (a aquest preu s'haurà d'afegir el cost del carnet temporal).

Les dones amb carnet federatiu anual de la FEEC podran demanar la subvenció "Dona i Esport" i se'ls hi retornarà aproximadament el 20% de la inscripció.

INSCRIPCIONS: Fins el dia 1 de febrer.

Per correu: aec@aec.cat o cep@pirenaic.cat

INSTRUCTOR/ALUMNE: La ràtio és de 1:6. Un instructor per cada sis alumnes.

EQUIP

L'apropiat per la època hivernal, guants, ulleres de sol per la neu, crema solar, paraneus, etc.