



Escuela de Montaña Peñalara
Vocalía de Seguridad y Enseñanza

CURSO DE ALPINISMO, NIVEL II LOS DÍAS 6, 9 Y 10 DE MARZO DE 2019

Actividad fija y única

Se convoca la realización de un curso teórico-práctico de Iniciación al alpinismo, impartido por la Escuela de Montaña de Peñalara y con las características de Actividad fija y única.

PLAZAS: 4, abiertas solo a socios mayores de 16 años. Su realización está supeditada a que haya 4 personas inscritas.

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN: en Secretaría, **hasta el 27 de febrero**

PRECIO: 146 €. **LOS JÓVENES MENORES DE 30 AÑOS TENDRÁN SUBVENCIONADO EL 50% DE ESTE PRECIO.**

INCLUYE: 2 horas de clase teórica el día 6 en el domicilio Social, y 8 horas de prácticas en la Sierra de Guadarrama y documentación del curso.

NO INCLUYE: Transporte, seguro, equipo o material personal o de cordada.

EN CASO DE QUE NO SE DIERAN LAS CONDICIONES NECESARIAS PARA LA CELEBRACIÓN DEL CURSO EN EL GUADARRAMA, SE ESTUDIARÍA SU CELEBRACIÓN EN OTRO LUGAR, CON LA CONSIGUIENTE MODIFICACIÓN DE SU COSTO.

ORGANIZA: *Carlos Campos Nieto*
Teléf.: 689799072
carlos@conunguia.com

CONDICIONES PARA LA PARTICIPACIÓN: los participantes deberán haber realizado el curso de "Alpinismo Nivel I" o dominar los contenidos que se incluyen en él

EQUIPO Y MATERIAL INDIVIDUAL OBLIGATORIO

- Vestimenta adecuada para la actividad invernal (tres capas)
- Botas de alpinismo, rígidas o semirígidas
- 2 Piolets técnicos(maza y pala)
- Arnés, crampones y casco (la Escuela tratará de facilitar el préstamo de estos materiales a quienes no dispongan de ellos, previa solicitud)
- Cabo de anclaje
- Arva, pala y sonda
- Guantes, guetres y gorro
- Gafas de montaña
- Mochila (40/45 litros)
- Linterna frontal

EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO POR CORDADA DE 2 (a aportar por los 2 componentes de cada cordada)

- 2 cuerdas de 60 m para uso en doble
- Tornillos de hielo (2 cintas disipadoras)
- 2 anclas de nieve
- 2 estacas de nieve
- 2 anillos de cinta de 120 cm
- 2 anillos de cinta de 250 cm (recomendable cordino anudado)
- Gancho para Abalakov
- 1 juego de empotradores
- 1 juego de friends
- 1 juego de clavos de roca
- 10/12 cintas expres (al menos 6 alargables)
- Asegurador tipo reverso o similar, con mosquetón de seguridad
- 6 mosquetones de seguridad
- Cordinos autobloqueantes

MATERIAL ACONSEJADO

- Bastones
- Cantimplora y termo
- Botiquín personal y manta térmica
- Gafas de ventisca
- Crema para protección solar y labial
- Mapa de la zona y brújula

CARACTERÍSTICAS DEL CURSO

-Profesor: Técnico Deportivo Titulado, homologado para impartir este tipo de curso.

-Objetivo

Realizar con autonomía y seguridad ascensiones en terreno variado de alta montaña (roca, nieve, y hielo) y de dificultad media (corredores, palas de nieve/hielo, 60º/70º, IVº-Vº).

-Contenidos

- Material específico.
- Interpretación de croquis y reseñas.
- Repaso de la colocación de anclajes en roca/ nieve/ hielo.
- Técnicas del Abalakov.
- Montaje de reuniones, en hielo e híbridas (nieve/roca – roca/ hielo – nieve/hielo).
- Técnica de piolet tracción.
- Dinámica de la progresión en cordada.
- Progresión por terreno variado de alta montaña.
- Descensos (destrepes y rapeles).
- Progresión en ensamble con anclajes intermedios.
- Progresión consolidada por terreno de crestas y aristas.

TIPO DE ACTIVIDAD: Fija y única

Todos los participantes formarán un grupo único coordinado por el Profesor del curso, y se comprometen a seguir sus instrucciones. Ante el incumplimiento de algún participante, el Profesor podrá excluirle del grupo y del apoyo de éste, y posteriormente dar conocimiento del hecho a la Sociedad Ningún participante iniciará la actividad hasta que el Profesor lo indique. Todos ellos seguirán sus instrucciones y no realizarán recorridos no previstos sin el permiso de éste. Cualquier participante que observe alguna situación anómala o de riesgo, deberá comunicarla al Profesor. Igualmente pondrá en su conocimiento el mal estado de salud o problema físico de algún miembro del grupo.

SEGURO DE ACCIDENTES: Es obligatorio que todos los participantes tengan un seguro que cubra los riesgos de esta actividad. En caso de que alguno no dispusiera de él, deberá contratar en la Secretaría el seguro diario de accidentes que ofrece la Sociedad, abonando la cantidad fijada.

DECLARACIÓN RESPONSABLE: Todos los participantes deberán haber cumplimentado y firmado la DECLARACIÓN RESPONSABLE DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDADES. Si no la hubieran cumplimentado al hacer la inscripción, para poder tomar parte en la actividad, **antes de la salida**, entregarán al Organizador una copia de su declaración anual o cumplimentarán una específica para esta actividad.

Los menores de 18 años necesitarán autorización de padres o tutores para realizar la actividad, y tendrán a alguien que se responsabilice de sus desplazamientos a los lugares donde se celebre el curso.

APLAZAMIENTOS, SUSPENSIONES Y DEVOLUCIONES:

En caso de no participación en la actividad, siempre que se haya comunicado esta circunstancia con antelación, se devolverá el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

Si se produjera una suspensión de la actividad, esta tendrá su efecto siempre que no se haya hecho uso de alguno de los servicios ofrecidos en la convocatoria. En este caso se devolverá a los inscritos el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

En caso de aplazamiento, se mantendrán los pagos e inscripciones de los que así lo manifiesten para la futura celebración. A los inscritos que no quisieran mantener la inscripción se les devolverá el importe de la inscripción descontando el 3% de gastos de gestión.

Todas las devoluciones se realizarán entre los 15 y 30 días posteriores a la fecha prevista de celebración.