



Escuela de Montaña Peñalara  
Vocalía de Seguridad y Enseñanza

## **CURSO DE ORIENTACIÓN - MAPA Y BRÚJULA LOS DÍAS 10, 13 Y 14 DE ABRIL DE 2019**

Actividad fija y única

**Se convoca la realización de un curso teórico-práctico de *Orientación - Mapa y brújula*, impartido por la Escuela de Montaña de Peñalara y con las características de Actividad fija y única.**

**PLAZAS:** máximo de 10, abiertas solo a socios. Su realización está supeditada a que haya un mínimo de 4 personas inscritas.

**FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:** en Secretaría, **hasta el 8 de abril.**

**PRECIO: 86 €.** **LOS JÓVENES MENORES DE 30 AÑOS TENDRÁN SUBVENCIONADO EL 50% DE ESTE PRECIO.**

**INCLUYE:** 2,5 horas de clase teórica el día 10 de abril en el domicilio social, y 8 horas de prácticas de campo en la Sierra de Guadarrama cada uno de los días 13 y 14 de abril. Material colectivo, mapas y documentación del curso.

**NO INCLUYE:** Transporte, seguro, equipo o material personal.

**ORGANIZA:** *Francisco Martínez Porteros*

*Teléf.: 676903115*

*fimport@hotmail.com*

### **CARACTERÍSTICAS DEL CURSO:**

- **Profesor:** Técnico Deportivo Titulado, campeón de Madrid de carreras de orientación.

- **Objetivo:**

Adquirir los fundamentos, conocimientos y técnicas para:

- Leer e interpretar mapas.
- Orientarse en la montaña.
- Diseñar y realizar itinerarios dirigidos.

- **Contenidos:**

- Cartografía y nociones básicas de topografía: simbología, escalas, coordenadas, curvas de nivel, etc.
- Técnicas básicas de orientación en montaña.
- Prácticas de utilización de brújula, altímetro y mapa.
- Prácticas de localización: determinación de posiciones y triangulación.
- Prácticas de navegación terrestre: trazado de itinerarios, elección de rutas y toma de rumbos.
- Prueba de orientación: recorrido autónomo para localización de puntos escondidos.

**CONDICIONES PARA LA PARTICIPACIÓN:** los participantes deberán disponer del equipo y material adecuados para la actividad y para la época del año.

**EQUIPO Y MATERIAL PERSONAL OBLIGATORIO:**

- Brújula de base plana con graduación sexagesimal
- Regla (de unos 30 cm), lápiz, goma de borrar y rotuladores (azul, rojo...)
- Tablilla para apoyo de papel (recomendable con pinza)
  
- Ropa de montaña: tres capas interior/intermedia/externa (camiseta térmica de manga larga, forro polar y chubasquero/impermeable), y pantalón largo
- Botas de montaña de caña alta (que envuelvan el tobillo)
- Mochila
- Guantes y gorro
- Gafas de sol y gorra
- Comida y agua (mínimo 1 litro)

**MATERIAL ACONSEJADO:**

- Altímetro/reloj con altímetro
- Bastones telescópicos
- Botiquín básico con medicamentos de uso personal, especialmente en caso de alergias
- Manta térmica
- Linterna frontal
- Silbato
- Crema para protección solar y labial

**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 curso, y posteriormente dar conocimiento del hecho a la Sociedad. Ningún participante iniciará la actividad hasta que el profesor lo indique. Todos los participantes seguirán las instrucciones del profesor y no realizarán recorridos no previstos sin el permiso de éste. Cualquier participante que observe alguna situación anómala o de riesgo, deberá comunicarla de inmediato al profesor. Igualmente pondrá en su conocimiento el mal estado de salud o problema físico de algún miembro del grupo.

La actividad podrá ser modificada a juicio del profesor, si surgieran circunstancias derivadas de condiciones meteorológicas u otros factores, que afectaran al programa o al desarrollo de las actividades previstas.

**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, ésta 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 deseen mantener la inscripción se les devolverá el importe de la ésta 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 de la actividad.