

CURSO ALPINISMO PROGRESIÓN

Durante este curso de alpinismo vamos a perfeccionar las técnicas gestuales de progresión con piolet y crampones.

Trabajar los diferentes tipos de encordamientos y autodetenciones, montaje de reuniones flotantes, diferentes tipos de nudos para el aseguramiento, rápeles y protocolos de búsqueda en avalanchas.

Aprender las técnicas de escalada en hielo y mixto.

Repasar las informaciones que nos aporta el BPA.

Estudiar la problemática y causas comunes que pueden causar aludes.

Aprender nociones básicas para evaluar el estado del manto nivoso.

Realizar talleres para aprender a trazar itinerarios seguros, con el fin de saber minimizar los riesgos en montaña a causa de las aludes.

Trabajar de forma personalizada los diferentes ámbitos de movilidad y seguridad durante las actividades de alta montaña, con el fin de que los alumn@s adquieran la seguridad necesaria para realizar recorridos alpinos de dificultades hasta MD.

Requisitos

Para las personas iniciadas en el alpinismo con ganas de ampliar sus conocimientos para poder realizar de manera autónoma actividades más técnicas.

Ser capaces de realizar una jornada en alta montaña con desnivel positivo alrededor de 1000 metros positivos.

Objetivos

Aprender a realizar actividades de alpinismo técnico con dificultades hasta MD de forma autónoma, eficiente y segura.

Contenido

- Conocer el equipo y el material utilizado para el alpinismo y la escalada en autoprotección.
- Conocer y realizar los nudos necesarios para la progresión.

- Progresiones de cordada en corto, ensamble, mini largos y largos.
- Montaje de reuniones equipadas, semiequipadas y con material flotante.
- Comunicación entre los miembros de la cordada.
- Maniobras de rápel autoasegurado.
- Polipastos para ayuda y rescate al segundo de cordada.
- Planificación de itinerario respecto al BPA.
- Búsqueda en Aludes.
- Interpretación de reseñas.
- Recursos en alta montaña.

Duración del curso

El curso tiene una duración de dos días.

Según la demanda de los participantes se podrá realizar entre semana o en fin de semana.

Precio:

2 días completos

2 participantes 250 € / participante

3 a 4 participantes 175 € / participante

5 a 6 participantes 160 € / participante