

PROPEROS CURSOS A LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

Tècniques de Bicimuntanya		Del 16 al 19 de juny	Club Excta. De Gràcia
Escalada	Nivell 1	Del 29 de setembre al 9 d'octubre	Cordada, Associació Excta. i Ecologista
Progressió de crestes		Del 5 al 9 d'octubre	Club Excta. de Gràcia – Centre Excta. Badalona

Informa-te'n a www.feec.cat

ENTITATS DE LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

AGRUP. CULT. ESP. BOMBERS DE BARCELONA – AGRUP. CULT. FOLKLÒRICA BARCELONA – AGRUP. EXCTA. BUFALÀ – AGRUP. EXCTA. CATALUNYA – AGRUP. EXCTA. ICÀRIA – AGRUP. EXCTA. MUNTANYA – AGRUP. EXCTA. PEDRAFORCA – 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 D'EXCURSIONISME SANT CEBRIÀ – CLUB ESP. LES PANTERES GROGUES – CLUB ESP. PRORUNNERS – CLUB ESP. UNIV. ENGI. TELECEUETL (SE) – CLUB ESQUÍ PUIGMAL (SE) – CLUB EXCTA. ARESTA NORD – CLUB EXCTA. CIMA – CLUB EXCTA. DE GRÀCIA – 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 – 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



MONOGRÀFIC DE VIES FERRADES

Del 7 al 12 de juny

ORGANITZA:



AMB EL SUPORT DE :



Generalitat
de Catalunya



CURSOS DE PROMOCIÓ 2016

PRESENTACIÓ:

La via ferrada és el mitjà més senzill per apropar-nos a la verticalitat de la muntanya i que també permet gaudir de la bellesa de molts paratges naturals. Cal una condició física normal i no patir vertigen.

OBJECTIUS:

Dotar als alumnes d'uns coneixements i unes capacitats que els permetin progressar amb seguretat i autonomia per vies ferrades i camins equipats. Addicionalment es donaran les eines bàsiques per poder resoldre les possibles incidències que poden succeir en el transcurs d'una via ferrada.

CONTINGUTS:

- Tipus de recorreguts equipats.
- Equipament de les vies ferrades.
- Material utilitzat.
- Tècniques de seguretat, progressió i descens.
- Resolució d'incidències.
- Escala de dificultat.

*Els continguts s'adaptaran als coneixements inicials de cada alumne i al seu ritme d'aprenentatge.

MATERIAL QUE HA DE PORTAR L'ALUMNE:

- Vestimenta adient que permeti els moviments.
- Calçat esportiu de muntanya, arnès i casc.
- Baga d'ancoratge amb dissipador i 2 mosquetons de seguretat (per vies ferrades o amb tanca automàtica).
- Aparell per rapelar.
- 1 mosquetó seguretat HMS (o de pera).
- 3 mosquetons seguretat (del tipus que sigui).
- 1,50 m de cordino de 6 mm.
- 1 cinta cosida de 80-100 cm. de perímetre aprox.
- Guants.

Alguns d'aquests materials es poden demanar a l'entitat i/o al DIRECTOR.

NORMES:

- Places: de 8 a 12 cursetistes.
- Caldrà tenir la llicència esportiva de la FEEC de l'any 2016 adient a l'especialitat o tramitar-ne una pels dies del curs (5 € per dia).
- Edat mínima 16 anys. Els menors de 18 anys hauran de presentar l'autorització signada de la tutela i adjuntar fotocòpia de DNI (tutors).
- La direcció del curs es reserva el dret de modificar el programa, si les condicions meteorològiques ho aconsellen.
- **Els viatges, àpats i pernoctacions aniran a càrrec de l'alumne.**

INSTRUCTOR/ALUMNE

La ràtio és d'un instructor per cada quatre alumnes.

CENTRE EXCURSIONISTA BADALONA

C/ de la Costa, 13

08911 Badalona

cebadalona@cebadalona.org

CLUB EXCURSIONISTA DE GRÀCIA

Passatge Mulet, 4

08006 Barcelona

www.cegracia.cat / cegracia@cegracia.cat

PROGRAMA

JUNY

Dimarts, 7 Presentació del curs i classe teòrica.

Dissabte, 11 Sortida pràctica.

Diumenge, 12 Sortida pràctica.

La sessió teòrica es farà de 20 h a 22 h a la seu del Centre Excursionista Badalona.

DIRECCIÓ: Cèsar Armengod.

Tots els instructors són membres de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya–ECAM.

INSCRIPCIONS: Fins el dia 6 de juny en la seu del Centre Excursionista Badalona.

DRETS D'INSCRIPCIÓ: Subvencionat per la FEEC

65 € per alumne amb llicència federativa anual.

75 € per alumne sense llicència federativa anual (a aquest preu s'haurà d'afegir el cost de la llicència temporal).

Programa "Dona i esport": es retornarà el 20 % de la inscripció a aquelles dones amb llicència anual FEEC i que omplin correctament la documentació.