

PRESENTACIÓ

L'escalada és una modalitat esportiva apassionant que permet descobrir l'essència i la bellesa de la muntanya vertical. Dirigit a aquelles persones que volen iniciar-se en l'escalada en itineraris equipats. Cal una condició física normal i no patir vertigen.

OBJECTIU DEL CURS

Aquest curs té com a objectiu primordial formar els alumnes amb tots els coneixements necessaris per poder escalar *vies equipades d'un llarg* amb total seguretat i autonomia.

CONTINGUTS

- L'escalada i modalitats de pràctica.
- Materials utilitzats en l'escalada.
- Coneixement i aplicacions dels nusos bàsics.
- Tècniques de seguretat, progressió i descens.
- Ressenyes d'itineraris i graduacions de les vies.
- Coneixement del medi i zones de pràctica.

* Es lliurarà un dossier amb tots els continguts del curs.

MATERIAL QUE CAL PORTAR

Vestimenta adient que permeti els moviments, peus de gat, arnès, casc, aparell de fre/assegurador (grigri, cistelles vàries) apte per a corda simple, 1 mosquetó de seguretat HMS (o de pera), 3 mosquetons de seguretat (del tipus que sigui), 1,50 m de cordino de 6 mm, 2 cintes cosides d'entre 60 i 120 cm. aprox., cintes exprés (les que es tinguin), corda homologada per escalar en simple (si és possible).

* L'entitat i la direcció del curs poden aportar algun material en cas necessari.

NORMES DEL CURS

- Places: mínim 6 i màxim 12 alumnes. Els alumnes han de ser múltiples de 6
- La direcció del curs podrà modificar el programa previst si les condicions meteorològiques ho aconsellen.
- L'equip docent es reserva el dret d'excloure del curs qualsevol alumne que demostrï desinterès, manca de capacitat o incompliment de les normes.
- El participant assumeix els possibles riscos que comporta l'escalada i es compromet a seguir les instruccions que en cada moment se li doni per part del professorat.
- Els viatges i els àpats aniran per compte de l'alumne.

DRETS D'INSCRIPCIÓ: Subvencionat per la FEEC

120€ per alumne amb llicència federativa anual adient.

135€ per alumne sense llicència federativa anual de la FEEC (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 federativa anual FEEC i que omplin correctament la documentació.

Pagament: Ingrés al compte **ES81 2100 0398 9502 0006 7619** i enviar còpia del justificant d'ingrés a secretaria@aeg.cat o bé en metàl·lic a la secretaria de la AEG, dimecres i dijous de 19 a 21h. Abans d'efectuar el pagament cal confirmar la disponibilitat de places.

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA DE GRANOLLERS

Carrer de Corró, 10
GRANOLLERS

www.aeg.cat

PROGRAMA DEL CURS – nivell 1

NOVEMBRE

Dia 25 Presentació. Teòrica: Material d'escalada. Tècniques de seguretat.

Dia 27 Sortida Pràctica: a determinar

Dia 28 Sortida Pràctica: a determinar

DESEMBRE

Dia 9 Teòrica: Tècniques de seguretat (continuació)

Dia 11 Sortida Pràctica: a determinar

Dia 12 Sortida Pràctica: a determinar

Cloenda del curs.

Les sessions teòriques tindran lloc al local de l'entitat de 19.30h a 22h o de manera telemàtica en funció de la situació sanitària.

DIRECCIÓ DEL CURS: NÚRIA MARTÍNEZ

Tots els instructors tenen la titulació de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya–**ECAM**.

COORDINACIÓ: Tomàs Segarra – 667678183

INSCRIPCIONS: secretaria@aeg.cat

Fins al dia 24 de novembre de 2021

Disposar de llicència federativa de la FEEC-2021, mod. C o superior.

Omplir el full d'inscripció i el TEST 1.

Edat mínima 16 anys.

Els menors de 18 anys hauran de presentar permís patern amb fotocòpia del DNI del tutor/a.

INSTRUCTOR/ALUMNE

La ràtio és d' 1:6, un instructor per cada sis alumnes.