

ENTITATS DE LA REGIÓ VI:

CLUB EXCTA. LA Cerdanya (GREC) – CLUB POLIESPORTIU PUIGCERDÀ (SE) - ASS.ESP. CENTRE ALPÍ VALL DEL SEGADELL – ASS.ESP. VIDABONA – ASS.ESP. PLANOLES – CLUB ESP. DE MUNTANYA VALL DE CAMPRODON – CLUB ESQUÍ FONTALBA (SE) – CLUB EXCTA. RIPOLL – GRUP EXCTA. CAMPDEVÀNOL – SKI CLUB CAMPRODON (SE) – UNIÓ EXCTA. SANT JOAN DE LES ABADESSES - AMICS DE LES CIÈNCIES DE LA TERRA – ASS.ESP. DIEDRE – ASS. EXCTA. DE VILADRAU KD1/2H – CENTRE EXCTA. ESQUIROL – CENTRE EXCTA. HOSTALET DE BALENYÀ – CENTRE EXCTA. SERRAGRENYADA – CENTRE EXCTA. TARADELL – CENTRE EXCTA. TONA – CENTRE EXCTA. TORELLÓ – CLUB CENTRE EXCTA. CENTELLES – CLUB EXCTA. CALLETENES – CLUB EXCTA. DE SANT QUIRZE – CLUB EXCTA. SEVA – CLUB EXCTA. VIA FORA – CLUB EXCTA. VOLTREGANÈS ARS – GRUP EXCTA. MANLLEU – UNIÓ EXCTA. PRATS – UNIÓ EXCTA. VIC



MONOGRÀFIC DE PROGRESSIÓ PER CRESTES

Del 10 al 12 d'octubre

ORGANITZA:



CENTRE EXCURSIONISTA TONA

AMB EL SUPORT DE:



Generalitat
de Catalunya



CURSOS PROMOCIÓ 2014

PRESENTACIÓ:

Es tracta de progressar pel fil d'una muntanya o unió d'elles ja sigui caminant, grim pant o bé utilitzant tècniques d'alpinisme. No es tracta, doncs, de caminar per una cresta. Aquesta activitat requereix: coneixements d'alta muntanya i tècniques d'alpinisme i escalada, tenir una bona condició física - psíquica i no patir vertigen.

OBJECTIUS:

- Dominar els aspectes tècnics, tàctics i estratègies a l'hora d'afrontar una cresta.
- Aconseguir autonomia a l'hora de fer una cresta.
- Aplicar tots els aspectes de seguretat propis d'aquest tipus d'activitat.
- Conèixer les característiques del material i l'ús correcte d'aquest.
- Valorar correctament el perill existent en la realització d'una cresta.
- Gaudir a l'hora de fer aquesta activitat.

MATERIAL OBLIGATORI:

Per la 1a sortida pràctica: equip d'escalada (peus de gat, casc, arnés, davallador - assegurador, 4 mosquetons de seguretat, 2m de cordino de 7mm de diàmetre, un parell de cintes de бага plana de 1'5/2m aprox.).

Per la 2a sortida pràctica: equip d'alta muntanya i escalada (botes Trekking i equip per Alta Muntanya, casc, arnés, davallador - assegurador, 4 mosquetons de seguretat, 2m de cordino de 7mm de diàmetre, un parell de cintes de бага plana de 1'5/2m aprox.).

NORMES DEL CURS:

- Places: mínim 8 alumnes, màxim 12.
- Caldrà tenir la llicència de la FEEC de l'any 2014, tipus C o superior, o tramitar una assegurança temporal pels dies del curs (5€ per dia).
- Edat mínima 16 anys. Els menors de 18 anys hauran de presentar permís patern amb fotocòpia del DNI del tutor/a.
- La Direcció del curs tindrà la possibilitat de variar el programa previst per causes de força major (condicions climatològiques, etc.)
- L'equip docent es reserva el dret d'excloure a qualsevol alumne que demostrï desinterès, manca de capacitat, no respectar les indicacions dels monitors i/o no tenir uns mínims d'educació i respecte envers la resta de companys, monitors i el medi ambient.
- **Els viatges, àpats, lloguer de material, llicència federativa i les pernoctacions van a càrrec dels cursetistes.**

RÀTIO INSTRUCTOR/ALUME: 1:4

CENTRE EXCTA. TONA

CARRER DE BARCELONA 4, 3R

08551 TONA

cextona@cextona.cat – www.cextona.cat

PROGRAMA:

OCTUBRE

- | | |
|-----------|---|
| 10 | Presentació del curs. |
| 10 | Sortida pràctica: Lloc a determinar. |
| 11 | Sortida pràctica: Lloc a determinar. |

La presentació del curs tindrà lloc a les 21h al local del Centre Excta. de Tona.

DIRECTOR: Pep Musach

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

DRETS D'INSCRIPCIÓ: Subvencionat per la FEEC

65 € per alumne amb llicència FEEC vigent i adient a l'especialitat.

75 € alumnes sense llicència FEEC (a aquest import s'ha d'afegir el de la llicència temporal).

Subvenció "Dona i Esport": es retornarà aproximadament el 20% de la inscripció a aquelles dones amb llicència anual FEEC i que omplien correctament la documentació.

INSCRIPCIONS

Fins el 10 d'octubre al Centre Excursionista de Tona o al 616.996.681 (Pep Musach).