

PROPEROS CURSOS A LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

Iniciació a l'alta muntanya hivernal	14 i 15 de desembre	Cordada, Ass. Excta. i Ecologista
Progressió per crestes	8 i 9 de juny	Unió Excta. Catalunya Barcelona - Unió Excta. de Catalunya d'Horta

Informa-te'n a www.feec.cat

ENTITATS DE LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

AGRUP. CULT. ESP. BOMBERS DE BARCELONA (SE) – AGRUP. CULT. FOLKLÒRICA BARCELONA (SE) – 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 ESP. LES PANTERES GROGUES – CLUB ESP. PRORUNNERS – CLUB ESP. UNIV. ENGI. TELEC-CEUETL (SE) – CLUB ESQUÍ PUIGMAL (SE) – CLUB EXCTA. ARESTA NORD – CLUB EXCTA. CIMA – CLUB EXCTA. DE GRÀCIA – CLUB EXCTA. I DE MUNTANYA TAXONERA - 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 – GRUP MUNTANYA SANT PERE CLAVER – ORFEÓ GRACIENC (SE) - 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



CURS D'ESCALADA EN ROCA

Del 24 d'abril al 5 de maig

NIVELL 1

ORGANITZA:

CORDADA
associació excursionista i ecologista



AMB EL SUPORT DE :



Generalitat
de Catalunya



Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada

CURSOS DE PROMOCIÓ 2019

PRESENTACIÓ

Aquest curs va 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

Dotar a l'alumne dels coneixements que li permetin escalar *vies equipades d'un llarg* amb seguretat i autonomia.

CONTINGUTS

- L'escalada i modalitats de pràctica.
- Materials utilitzats en l'escalada.
- Coneixements 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.

MATERIAL QUE CAL PORTAR

Vestimenta adient que permeti els moviments, peus de gat, arnès, casc, assegurator (grigri, placa de fre apta per a corda simple), 3 mosquetons de seguretat HMS, 2 mosquetons de seguretat tamany normal, 1 cordino de 1,5 m x 6 mm, 1 anell de cinta cosida de 1,20 cm, cintes exprés, corda simple per escalada esportiva i 1 mallón.

* L'entitat, la direcció del curs i la FEEC poden aportar algun material en cas necessari, **excepte els peus de gat.**

NORMES DEL CURS

- Places: mínim 6 alumnes i màxim 12 alumnes. Els inscrits han de ser múltiples de 6, si s'ha arribat a 6 alumnes, s'han d'apuntar en llista d'espera fins arribar a 12 alumnes.
- Caldrà tenir la llicència federativa de la FEEC any 2019 adient a l'especialitat o tramitar una llicència temporal pels dies del curs (9 €).
- La direcció del curs, tindrà la possibilitat de modificar el programa previst, en el cas que les condicions climatològiques ho aconsellin.
- La direcció del curs i el seu equip es reserven el dret d'excloure del curs, qualsevol alumne que demostrï desinterès, manca de capacitat o incompliment de les normes.
- El participant assumeix doncs els possibles riscos que això comporta i es compromet a seguir les instruccions que en cada moment se li doni per part del professorat.
- Els viatges i àpats aniran per compte de l'alumne.

INSTRUCTOR/ALUMNE

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

INSCRIPCIONS: Fins a exhaurir les places. Enviar a aem@aemuntanya.cat o secretaria@cordada.org

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA MUNTANYA

Montsec, 9 baixos 08030 – BARCELONA
aem@aemuntanya.cat / 933469604

CORDADA, ASSOCIACIÓ EXCURSIONISTA I ECOLOGISTA

Ateneu l'Harmonia. C/ Sant Adrià, 20
08030 Barcelona

www.cordada.org / secretaria@cordada.org
Telèfon: 688 920 377

PROGRAMA DEL CURS – Nivell 1

Abril

- 24** Presentació del Curs –Sessió teòrica: Material i equip d'escalada. Lloc: Cordada AEE, C/ Sant Adrià 20, Casal de l'Harmonia.08030 Barcelona. De 20 a 21,30h.
- 27** Sortida pràctica. Roca granítica.
- 28** Sortida pràctica. Roca calcària.

Maig

- 4** Sortida pràctica. Roca calcària.
- 5** Sortida pràctica. Roca conglomerada.

DIRECCIÓ DEL CURS: Josep Escruela.

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

DRETS D'INSCRIPCIÓ

120 € per alumne, amb llicència federativa anual de la FEEC.

135 € per alumne sense llicència federativa anual (a aquest preu s'haurà d'afegir el cost de la llicència temporal: 9 €).

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.