

CURSO de INICIACIÓN ALTA MONTAÑA INVERNAL

8/9 y 22/23 MARZO

200€

Toda la información en:
www.clubalpinouniversitario.com



CONTENIDOS DEL CURSO:

- MATERIAL A UTILIZAR.
- PROGRESION POR NIEVE.
- TECNICAS DE CRAMPONAJE Y PIOLETAJE.
- AUTODETENCION.
- ENCORDAMIENTO Y MANEJO DE CUERDAS.
- NUDOS.
- ANCLAJES Y REUNIONES EN NIEVE.
- TECNICAS DE RAPPEL.
- PROGRESION EN GLACIAR.
- AUTOSOCORRO.
- MANEJO DE ARVA.
- NIVOLOGIA Y ALUDES.
- ORIENTACION.
- PRIMEROS AUXILIOS.
- LOGISTICA Y ORGANIZACIÓN.



LISTA DE MATERIAL:

- Pantalón y chaqueta impermeable.
- Botas de montaña impermeables.
- Ropa de abrigo.
- Casco*
- Arnés*
- Piolet*
- Crampones*
- Equipo descensor*
- Saco de dormir y esterilla aislante.
- Hornillo y material de cocina.

El material marcado con * puede alquilarse en el club.

EL JUEVES 6 DE MARZO SE REALIZARA UNA REUNIÓN INFORMATIVA EN LA SEDE DEL CLUB. EL PRECIO **INCLUYE:**

- PROFESORADO TITULADO ESCUELA ARAGONESA DE MONTAÑISMO
- ALOJAMIENTO EN PENSION COMPLETA (1 DIA) EN LA ESCUELA DE MONTAÑA DE BENASQUE Y MEDIA PENSION (1 DIA) EN LUGAR A DETERMINAR.
- MATERIAL DIDACTICO.

NO INCLUYE:

- DESPLAZAMIENTOS
- COMIDAS DE LOS DIAS 9, 22 Y 23 DE MARZO.

DATOS PERSONALES

Nombre: Apellidos:
D.N.I.: Fecha de nacimiento:
Domicilio: Cod.Postal:.....
Ciudad: Provincia: País:
Tlf. Fijo: Tlf. Móvil: Sexo: Varón Mujer
E-Mail:

ENCUESTA DE INSCRIPCIÓN

¿Realizas ejercicio físico con regularidad?

Mucho Bastante Algo Poco Nada

¿Practicas o has practicado alguna vez otros deportes de montaña? Indica las actividades mas destacadas que hayas realizado.

¿A que club o asociación perteneces?

¿Eres miembro de la comunidad universitaria? ¿A que facultad perteneces?

¿Dispones de vehículo para los desplazamientos? Indicar plazas.

¿Qué te ha impulsado a participar en este curso?

¿Qué esperas aprender en el curso?

D./Dña.

con D.N.I.

DECLARA:

Que no padece enfermedad ni limitación física o psíquica que le incapacite o dificulte en cualquier grado las actividades a desarrollar.

Que esta informado y por tanto conoce y asume los riesgos inherentes a la practica del alpinismo y deportes de montaña.

Que se compromete a cumplir en todo momento las indicaciones e instrucciones de los monitores responsables del curso que recibe, y por tanto les exime de toda responsabilidad si no sigue las instrucciones e indicaciones técnicas de los mismos.

Fecha: Fdo:

FORMA DE PAGO- 200€

Ingreso bancario en cualquier oficina del Banco Santander

Titular: **CAU-Club Alpino Universitario**. Cta. Cte. 49 5483 63 2216446965 (traer resguardo).

