

## PROPEROS CURSOS A LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

Escalada	Nivell 1	Del 14 al 22 d'abril	Cordada, Associació Excta. i Ecologista
Vies Ferrades		Del 12 al 13 de març	Club Excta. Madteam
GPS	Nivell 1	Del 24 al 25 de març	Club Excta. Pirenaic – Club Excta. CIMA

Informa-te'n a [www.feec.cat](http://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 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'ALPINISME

Del 21 de febrer al 4 de març

NIVELL 2

ORGANITZA:



  
Club Excursionista  
de Gràcia

AMB EL SUPORT DE:



CURSOS PROMOCIÓ 2018

## PRESENTACIÓ

Fer alpinisme vol dir escalar a l'alta muntanya. L'alçada, els ambients severos i els terrenys precaris són condicions habituals en la pràctica de l'alpinisme.

## OBJECTIUS I CONTINGUTS

L'objectiu principal d'aquest curs és dotar a l'alumne dels coneixements i de les capacitats que el permetin progressar amb seguretat a l'hora de fer ascensions d'alta muntanya de dificultat mitjana i de forma autònoma. Altres objectius són:

- Coneixement del material de roca, neu i glaç, i de l'equip d'alpinisme.
- Progressar amb seguretat per terreny de roca i neu.
- Assolir confiança en la progressió per terreny de roca i neu de dificultat mitjana.
- Coneixement i habilitat en una segura col·locació dels ancoratges per ràpels en roca i neu.
- Coneixement del terreny de l'alta muntanya i valoració de riscos.

## EQUIP I MATERIAL PER CURSETISTA

Equip: Casc, motxilla d'alpinisme de 40 litres mínim, botes rígides d'alpinisme, paraneus, ulleres de sol, 2 parells de guants (uns impermeables), llum frontal i vestimenta adient per a realitzar les pràctiques en alta muntanya.

Material: 1 corda per cada 2 alumnes, arnés, piolet, grampons, davallador - assegurador (vuit, "reverso", galleda o similar), 2 cordinos llargs (3 metres aprox.), 1 cordino de 120 cm i 7mm de diàmetre (nus "Machard"), 2 metres de cinta americana, 3 mosquetons de seguretat (1 tipus HMS).

## NORMES DEL CURS

- Places: mínim 8 cursetistes.
- Caldrà tenir el carnet federatiu de la FEEC de l'any 2018 adient a l'especialitat.
- Edat mínima 16 anys. Els menors de 18 anys hauran de presentar l'autorització signada i adjuntar fotocòpia de DNI del pare, mare o tutor legal.
- La direcció del curs es reserva el dret de modificar el programa, si les condicions meteorològiques o altres, ho aconsellen.
- 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, àpats i pernoctacions, inclòs el refugi, aniran per compte de l'alumne.

## INSCRIPCIONS

Fins exhaurir les places. Inscriure's contactant al correu [info@madteam.org](mailto:info@madteam.org)

## INSTRUCTOR/ALUMNE

- La relació és de 1 instructor per cada 4 alumnes.

## **CLUB EXCURSIONISTA MADTEAM**

Reig i Bonet, 12-14 esc A 2<sup>o</sup> 4<sup>a</sup>

08024 – Barcelona

[www.madteam.org](http://www.madteam.org) / [info@madteam.org](mailto:info@madteam.org)

## **CLUB EXCURSIONISTA DE GRÀCIA**

Passatge Mulet 4 - 08006 Barcelona

[www.cegracia.cat](http://www.cegracia.cat) // [cegracia@cegracia.cat](mailto:cegracia@cegracia.cat)

## PROGRAMA

### FEBRER

**Dimecres 21** **Presentació del curs.** Objectius i logística del curs.  
**Classe teòrica.** Material i equip per l'alpinisme.

**Dissabte 24** **Sortides teòrico-pràctiques.** A concretar (segons condicions).

**i diumenge 25** Tècniques de progressió i autoassegurament.

### MARÇ

**Dissabte 3** **Sortides teòrico-pràctiques.** A concretar (segons condicions). Seguretat en l'alta muntanya.

**i diumenge 4**

La presentació i la classe teòrica tindrà lloc a la seu del Club Excursionista de Gràcia de les 20 h a les 22h.

**DIRECTOR:** Jordi Bladè

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

**DRETS D'INSCRIPCIÓ:** Subvencionat per la FEEC

**120 €** per alumne amb carnet federatiu anual de la FEEC.

**135 €** per alumne sense carnet federatiu anual (a aquest preu s'haurà d'afegir el cost del carnet temporal).

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