

CURS D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ DE MUNTANYA 2026



Club Excursionista
de Gràcia



2 CAPS DE SETMANA DE PRÀCTIQUES

24-25 GENER, 31 GENER - 1 FEBRER

5 SESSIONS DE CONTINGUTS TEORICOPRÀCTICS

ESQUIA AMB SEGURETAT A LA MUNTANYA

210€ SOCIS
280€ NO SOCIS



INFORMACIÓ

ESQUI@CEGRACIA.CAT / CEGRACIA@CEGRACIA.CAT

CLUB EXCURSIONISTA DE GRÀCIA, PASSATGE MULET 4 DE BARCELONA

93 237 86 59

PRE-INSCRIPCIÓ

[HTTPS://FORMS.GLE/JHP52ATHRC5KHT1K9](https://forms.gle/JHP52ATHRC5KHT1K9)



MATERIAL DE SEGURETAT DISPONIBLE AL CLUB
DESCOMPTES PER LLOGUER D'EQUIP D'ESQUÍ
TRAMITACIÓ D'ASSEGURANÇA TEMPORAL AL CLUB
POTS FER-TE SOCI AL MOMENT!

PRÀCTIQUES

24-25 GENER. PIRINEU ORIENTAL

TÈCNIQUES DE PROGRESSIÓ I TÈCNIQUES
BÀSIQUES DE DESCENS

31 GENER-1 FEBRER. PIRINEU OCCIDENTAL

ASCENSIÓ AMB PRÀCTICA DELS CONEIXEMENTS
ADQUIRITS

- EL DESTÍ DEPENDRÀ DE LES CONDICIONS NIVOLÒGIQUES I DE LA METEOROLOGIA
- LES SESSIONS PRÀCTIQUES SÓN A CÀRREC D'UN TÈCNIC ESPORTIU D'ALTA MUNTANYA EXPERT EN ESQUÍ DE MUNTANYA

SESSIONS TEÒRICOPRÀCTIQUES

DIM 20/1 MATERIAL I EQUIPAMENT

DIJ 22/1 METEOROLOGIA I PLANIFICACIÓ DE SORTIDES

DIM 27/1 NIVOLOGIA, ALLAUS I GESTIÓ DEL RISC

DIJ 29/1 SEGURETAT EN ALTA MUNTANYA HIVERNAL

DIM 3/2 PRIMERS AUXILIS I SALUT EN ALTA MUNTANYA

LES SESSIONS SÓN A
CÀRREC DE FORMADORS
AMB ÀMPLIA EXPERIÈNCIA



- CALDRÀ ASSEGURANÇA PER A L'ACTIVITAT, DE FEDERAT DE LA FEEC TIPUS D, O EQUIVALENT. AL CLUB ES POT GESTIONAR UNA ASSEGURANÇA TEMPORAL.
- CAL TENIR UN BON NIVELL D'ESQUÍ (PISTES NEGRES) I CONEIXEMENTS DE MUNTANYA.
- ELS RESPONSABLES DEL CURS PODRAN DESCARTAR LA PARTICIPACIÓ A QUI NO ACOMPLEIXI AQUESTS MÍNIMS, NO TINGUI NIVELL FÍSIC ADEQUAT, O SI NO SEGUEIX LES DIRECTRIUS DEL CURS.

PER A LES PRÀCTIQUES CAL TENIR EL SEGÜENT MATERIAL:

- ESQUÍS AMB FIXACIONS DE MUNTANYA, BOTES, PELLIS DE FOCA, GANIVETES I BASTONS. EL CLUB TÉ UN ACORD AMB UNA BOTIGA PER A LLOGAR AQUEST MATERIAL AMB DESCOMPTE.
- CASC, PIOLET, GRAMPONS, ARVA, PALA I SONDA. EL CLUB TÉ SERVEI DE PRÉSTEC D'AQUEST MATERIAL.

EN CAS DE NO ASSOLIR-SE UN MÍNIM DE PARTICIPANTS, L'ORGANITZACIÓ ES RESERVA EL DRET DE CANCEL·LAR EL CURS.

ELS DESPLAÇAMENTS ES FARAN AMB ELS COTXES DELS PARTICIPANTS

ELS ALLOTJAMENTS SERAN EN REFUGIS O ALBERGS DE MUNTANYA.

ALLOTJAMENT, BENZINA I ÀPATS NO ESTAN INCLOSOS AL PREU