

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

Iniciació a l'alta muntanya hivernal	14 i 15 de desembre	Cordada, Ass. Excta. i Ecologista
--------------------------------------	---------------------	-----------------------------------

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



## **MONOGRÀFIC DE PROGRESSIÓ PER CRESTES**

Del 5 al 9 de juny

### ORGANITZA:



### AMB EL SUPORT DE:



Generalitat  
de Catalunya



## **CURSOS PROMOCIÓ 2019**

## **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, 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 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 de l'any 2019, tipus C o superior, o tramitar la llicència temporal pels dies del curs (5€ per dia, aprox.).
- Edat mínima 16 anys. Els menors de 18 anys hauran de presentar permís patern amb fotocòpia del DNI del tutor/a.
- 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.
- 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 i les pernoctacions van a càrrec dels cursistes.**

**RÀTIO INSTRUCTOR/ALUME:** Un instructor per cada sis alumnes.

## **UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA BARCELONA**

C/ Rocafort, 7 baixos

08015 – Barcelona

[www.uecbarcelona.org](http://www.uecbarcelona.org) // [secretaria@uecbarcelona.org](mailto:secretaria@uecbarcelona.org)

## **UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA D'HORTA**

Pintor Mir, 16 baixos

08031- Barcelona

[www.uehorta.net](http://www.uehorta.net) // [secretaria@uehorta.net](mailto:secretaria@uehorta.net)

## **PROGRAMA:**

### **JUNY**

- |                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Dimecres, 5</b> | <b>Presentació i sessió teòrica.</b>        |
| <b>Dissabte, 8</b> | <b>Sortida pràctica:</b> Lloc a determinar. |
| <b>Diumenge, 9</b> | <b>Sortida pràctica:</b> Lloc a determinar. |

La presentació i la sessió teòrica tindran lloc a les 20h a la seu de l'entitat de l'Unió Excta. de Catalunya Barcelona

**DIRECTOR:** Jordi Solans.

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

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

**70 €** per alumne amb llicència federativa anual de la FEEC vigent i adient a l'especialitat.

**80 €** alumnes sense llicència federativa anual de la FEEC (a aquest import s'ha d'afegir la llicència temporal).

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

### **INSCRIPCIONS**

Període d'inscripcions: Fins el 3 de juny a la seu de cada entitat.

També us podeu inscriure personalment a la secretaria de cada entitat on caldrà fer el pagament amb efectiu o targeta per formalitzar la inscripció.

Les places s'adjudicaran per rigorós ordre d'inscripció/pagament.