



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



## **MONOGRÀFIC DE PROGRESSIÓ PER CRESTES**

Del 9 al 12 de juliol

**ORGANITZA:**



**AGRUPACIÓ EXCTA.  
MARTORELL**

**AMB EL SUPORT DE:**



**CURSOS PROMOCIÓ 2020**

## **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 2020, 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 cursetistes.**

## **AGRUPACIÓ EXCTA. MARTORELL**

Apartat de correus 87

08760 - MARTORELL

[www.amartorell.com/aem](http://www.amartorell.com/aem) // [excursionista.martorell@gmail.com](mailto:excursionista.martorell@gmail.com)

HORARI: Dijous de 21.00h a 22.00h

## **PROGRAMA:**

### **JULIOL**

**Dijous, 9**                      **Presentació i sessió teòrica.**  
Aquesta sessió es farà per videoconferència.

**Dissabte, 11**                **Sortida pràctica:** Lloc a determinar.

**Diumenge, 12**              **Sortida pràctica:** Lloc a determinar.

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

**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 omplin correctament la documentació.

## **INSCRIPCIONS**

Període d'inscripcions: Fins a exhaurir les places per e-mail:  
[excursionista.martorell@gmail.com](mailto:excursionista.martorell@gmail.com)

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