

Excursionisme

Objectiu general del Cours

Dotar a l'alumne d'uns coneixements i d'unes capacitats que li permetin realitzar excursions d'un dia, en terreny de baixa i mitja muntanya, sense neu, i sempre que les tècniques i els materials de progressió i seguretat no siguin els propis de l'escalada. L'alumne haurà d'aprendre a realitzar la seva activitat mantenint sempre un respecte al medi natural i humà on aquesta es realitzi.

Matèries a impartir i els seus objectius específics.

Per cada matèria perseguirem uns objectius específics:

Material, equip, tècniques de progressió, seguretat a la muntanya, coneixement del medi, meteorologia, cartografia i orientació, planificació de l'activitat, condicionament físic, aspectes mèdics de l'excursionisme, dietètica i alimentació, ètica de l'excursionisme i aspectes històrics i socials.

Organització

El curs consta d'una presentació-sessió teòrica i quatre sessions pràctiques o teòrico-pràctiques i cloenda (opcional).

En aquest nivell cada tècnic es farà càrrec de vuit alumnes com a màxim.

El programa i els horaris de cada sessió s'organitzaran a conveniència de la direcció del curs, respectant els mínims estipulats per l'ECAM.

Nota: L'organització del curs pot estar modificada a conseqüència de les mesures COVID19, fent la presentació-sessió teòrica de manera online.