

## Esquí de Muntanya Nivell 2

### **Objectiu general**

L'objectiu principal del curs és dotar a l'alumne d'uns coneixements i unes capacitats que li permetin realitzar amb seguretat, ascensions i recorreguts amb esquís de muntanya de mitjana i alta dificultat de forma autònoma, amb pernoctació en refugi de muntanya.

Les persones que vulguin inscriure's al curs han d'haver realitzat el curs de nivell 1 o tenir un nivell equivalent. Es demana un nivell d'esquí alpí de viratge en paral·lel i coneixement de la muntanya hivernal. Poder fer un mínim de 1000 metres de desnivell positiu.

Aquests coneixements, es valoraran en la primera sortida pràctica. En cas de no tenir el nivell mínim exigít, es podrà no tornar l'import de la inscripció.

També aprofitarem el curs per formar-los en el respecte al medi on ens movem, ja que és molt fràgil, i insistirem en la necessitat de retornar a la motxilla tot el que en traiem per tal d'evitar que es noti el nostre pas per la natura, que és el nostre terreny de joc.

### **Matèries a impartir**

Per a cada matèria perseguirem uns objectius específics.

Material i equip, tècniques de descens de nivell 2 per pista i fora de pistes, tècniques de progressió amb esquís en ascens, protocols i actuacions de seguretat i prevenció en l'alta muntanya, orientació, equip de pernocta, tècnica alpina, nivologia i allaus, meteorologia.

### **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 sis 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.