

CURSO DE ALPINISMO NIVEL II.

Dirigido a

Deportistas que quieran conocer las técnicas para hacer actividades de alpinismo técnico.

Requisitos: Tener el curso de alpinismo nivel I o dominar los contenidos de este.

Objetivos

Perfeccionar a los deportistas interesados en las técnicas de seguridad en el mundo del alpinismo. Ser autónomos en la planificación y desarrollo de actividades de alpinismo técnico. Conocer las maniobras de progresión y aseguramiento en hielo y nieve.

Contenidos

- Material específico de alpinismo y su mantenimiento.
- Manejo de crampones y doble piolet en diferentes pendientes.
- Técnicas de aseguramiento y progresión.
- Instalación de reuniones en nieve, hielo y roca.
- Utilización de elementos de protección flotantes (Friends, tornillos, etc.)
- Rapel con sistemas de fortuna.
- Introducción a la escalada en terreno mixto.
- Planificación de ascensiones.

Material necesario por participante

OBLIGATORIO:

- Ropa adecuada para el frío (chaqueta, pantalones, guantes, etc.)
- Botas de montaña impermeables (recomendables de suela rígida)
- Mochila 40/50 l.
- Arnés y casco de escalada.
- Crampones y doble piolet.
- Asegurador/descensor con mosquetón de seguro.
- 3 mosquetones de seguro tipo hms.
- 2 aros de cinta de 120 cm.
- Cordinos de 7mm (3 metros).
- Cantimplora y frontal.
- Gafas de sol y crema protectora.

RECOMENDADO:

- Cuerda doble de 60m.
- Friends, empotradores, tornillos de hielo, etc. (si se posee)
- DVA, pala y sonda.

Incluye: Profesorado y expedición de certificado FEMECV.

No Incluye: Desplazamiento, alojamiento, manutención, material personal y extras.

Ratios: 4 mínimo / 8 máximo participantes por grupo.