



Curso de Alpinismo Nivel I

El curso de **Alpinismo Nivel I** es la puerta de entrada a la alta montaña invernal. Una formación orientada a adquirir las bases técnicas y de seguridad necesarias para progresar con autonomía en terreno nevado, conocer el material específico y empezar a desarrollar criterio propio en actividades de alpinismo.

FECHA	UBICACIÓN:	GRUPO MÍNIMO
Sábado y domingo 10/02/2026 al 11/02/2026	<ul style="list-style-type: none">• Febrero y marzo en Sierra Nevada• Diciembre en Benasque	Mínimo 4 / Máximo 8 participantes por grupo y técnico/a.
Sábado y domingo 14/03/2026 al 15/03/2026		
Puente de diciembre 05/12/2026 al 08/12/2026		

i Si eres **un Club FEMEVCV o asociación de personas**, puedes solicitar la personalización de un curso, con un precio reducido y técnicos EVAM. Pide tu presupuesto sin compromiso en evam@femecv.com

Objetivos del curso

- Iniciar a las personas participantes en la práctica del alpinismo invernal de forma segura, progresiva y responsable.
- Conocer y utilizar correctamente el material básico de alpinismo y seguridad en terreno nevado.
- Adquirir las técnicas fundamentales de progresión en nieve y terreno alpino sencillo.
- Introducir nociones básicas de seguridad, gestión del riesgo y toma de decisiones en montaña invernal.

- Fomentar la autonomía personal, el trabajo en equipo y el respeto por el medio natural en actividades de alta montaña.

Dirigido a

Personas deportistas que desean iniciarse en el montañismo y el alpinismo invernal, adquiriendo una base sólida de técnicas, seguridad y autonomía para progresar de forma segura en terreno nevado.

Contenidos

- Equipo y material básico de alpinismo, su mantenimiento.
- Progresión con crampones y piolet con diferentes pendientes.
- Auto detención de caídas en diferentes situaciones.
- Maniobras de seguridad en la progresión en nieve.
- Encordamiento en terreno glacial. Nudos básicos.
- Planificación de ascensiones. Nivología y manejo de ARVA.

Requisitos

No se necesita experiencia previa en alpinismo.

Material necesario por participante

OBLIGATORIO

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

RECOMENDADO

- Asegurador con mosquetón de seguridad.
- Cuerda (valen diferentes medidas y diámetros)
- Cordinos de 7mm (3 metros).
- DVA, pala y sonda.

¿Qué incluye?

- **Incluye** Profesorado y expedición de certificado FEMECV.
- **No incluye** desplazamiento, el alquiler de material, alojamiento y extras.



Ponte en contacto con la escuela **evam@femecv.com** para solicitar presupuesto para tu grupo, realizar consultas sobre los descuentos, cursos, precios, dudas...