

PROPER CURSOS DE LA REGIÓ VI:

Escalada	Nivell 1	Del 5 al 18 de maig	Unió Excursionista de Vic
Escalada	Nivell 2	Del 5 al 18 de maig	Unió Excursionista de Vic

Informa-te'n a www.feec.cat

ENTITATS DE LA REGIÓ VI:

CLUB EXCTA. Cerdanya (GREC) – CLUB POLIESPORTIU PUIGCERDÀ (SE) – LA MOLINA CLUB D'ESPORTS – ASS.ESP. CENTRE ALPÍ “VALL DEL SEGADELL” – ASS.ESP.VIDABONA – ASS.ESP.PLANOLES – CLUB ESP. DE MUNTANYA VALL DE CAMPRODON – CLUB ESQUÍ FONTALBA (SE) – CLUB EXCTA. RIPOLL – GRUP EXCTA. CAMPDEVÀNOL – SKI CLUB CAMPRODON (SE) – UNIÓ EXCTA. SANT JOAN DE LES ABADESSES – AMICS DE LES CIÈNCIES DE LA TERRA I DE L'ESPAI (SE) – ASS. ESP. DIEDRE – ASS. EXCTA. DE VILADRAU KD1/2H – CENTRE EXCTA. ESQUIROL – CENTRE EXCTA. HOSTALET DE BALENYÀ – CENTRE EXCTA. SERRAGRENYADA – CENTRE EXCTA. TARADELL – CENTRE EXCTA. TONA – CENTRE EXCTA. TORELLÓ – CLUB CENTRE EXCTA. CENTELLES – CLUB EXCTA. CALLDETENES – CLUB EXCTA. DE SANT QUIRZE – CLUB EXCTA. SEVA – CLUB EXCTA. VIA FORA – GRUP EXCTA. MANLLEU – UNIÓ EXCTA. PRATS – UNIÓ EXCTA. VIC



CURS D'ESQUÍ DE MUNTANYA

Del 2 al 15 de març

ORGANITZA:



NIVELL 1

UNIÓ EXCURSIONISTA DE VIC

AMB EL SUPORT DE :



Generalitat
de Catalunya



CURSOS DE PROMOCIÓ 2016

PRESENTACIÓ

L'Esquí de Muntanya és el mitjà que ens ajudarà a moure'ns per l'alta muntanya hivernal. Amb el curs donarem els coneixements bàsics de l'esquí de muntanya per començar a fer sortides fàcils i amb autonomia.

NIVELL ESPORTIU MÍNIM

Es demana un nivell d'esquí alpí de viratge paral·lel i coneixement de la muntanya hivernal. Poder fer un mínim de 500 metres de desnivell. Aquests coneixements es valoraran en la primera sortida pràctica. En cas de no tenir el nivell mínim exigít no es tornarà l'import de la inscripció.

MATERIAL PER CURSETISTA

- Esquís amb fixacions de muntanya, pells de foca i ganivetes
- Botes d'esquí de muntanya i grampons.
- Roba adient per a l'època hivernal, sac de dormir o màrrega.
- Casc, ARVA, pala i sonda són obligatoris.

Part d'aquest material es pot llogar a les ENTITATS i/o botigues, o bé demanar-lo a la FEEC mitjançant la direcció curs.

NORMES DEL CURS

- Places: mínim 8, màxim 16 cursetistes.
- Caldrà tenir la llicència esportiva de la FEEC any 2016, tipus D, o tramitar una assegurança temporal pels dies del curs (5 € x dia).
- Edat mínima 16 anys. Els menors de 18 anys hauran de presentar l'autorització signada pels pares o tutors.
- La direcció del curs es reserva el dret de modificar el programa, si les condicions meteorològiques ho aconsellen.
- Els viatges, àpats i pernoctacions, inclòs el refugi, aniran a compte de l'alumne.

DRETS D'INSCRIPCIÓ

120 € per alumne, preu amb subvenció de la FEEC. Descompte de 10€ als socis UE Vic.

135 € per alumne sense llicència anual (a aquest preu s'haurà d'afegir el cost de la llicència temporal)

Programa **"Dona i esport"**: es retornarà aproximadament el 20% de la inscripció a aquelles dones amb llicència anual FEEC i que omplin correctament la documentació.

INSCRIPCIONS

Inscriure's a través del web www.unioexcursionistavic.org seguint els passos indicats i efectuant el pagament electrònic amb targeta, fins que s'arribi al màxim de places disponibles o bé fins la data límit: dilluns 29 de febrer de 2016.

També us podeu inscriure personalment a la secretaria de l'entitat on caldrà fer el pagament amb efectiu o targeta per formalitzar la inscripció.

Les places s'adjudicaran per rigorós ordre d'inscripció/pagament.

UNIO EXCURSIONISTA VIC

Casa Galadies, C/ Riera 22

08500 – Vic

www.unioexcursionistavic.org

Telèfon: 938 855 120

Mail: escola@unioexcursionistavic.org

PROGRAMA

MARÇ

2

Presentació del curs.

A les 20 hores al local de la Unió Excursionista Vic.
Xerrada de material d'esquí de muntanya.

5 i 6

Sortida pràctica: Cerdanya

Progressió amb pells de foca i descens. Recerca amb ARVA, pala i sonda

Sessió teòrica: Allaus i mantell nival.

10

Sessió teòrica: Orientació i interpretació de mapes. Preparació d'una sortida

12 i 13

Sortida pràctica: Pallars

Progressió i descens. Introducció a la tècnica alpina. Pernoctació en refugi.

15

Cloenda. Lliurament de diplomes.

DIRECTOR: Pep Fusté

Tots els instructors són membres de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya (ECAM).

RÀTIO INSTRUCTOR / ALUMNE

La relació és d'un instructor per cada quatre alumnes.