

# Jornada tècnica

## Progressió amb piolet i grampons

16 i 18 de març de 2023



**Federació d'Entitats  
Excursionistes de Catalunya**  
(Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada)

### PRESENTACIÓ

Jornada tècnica dirigida a totes aquelles persones que desitgin adquirir coneixements bàsics de progressió amb piolet i grampons per moure's en seguretat en terreny nevad.

És molt important fer una bona elecció del piolet i grampons segons el tipus d'ascensions que es vulguin fer i segons el material que es tingui. Resoldrem qüestions com la mida i el tipus de piolet, els tipus de grampons i els sistemes de fixació a les botes o escollir entre l'ús de bastons o piolet.

A la sortida pràctica coneixerem les diferents tècniques bàsiques de progressió i auto detenció a partir d'exercicis pràctics sobre el terreny.

### MATERIAL OBLIGATORI PER CURSETISTA

- Casc
- Piolet i grampons
- Roba d'abric hivernal

### PROGRAMA

**Jornada teòrica:** 16 de març de 2023 a les 20:00

**Lloc:** UEVic C/ de la Riera 22, Vic

**Jornada pràctica:** 18 de març de 2023

**Lloc:** Ulldeter

**Preu soci:** 55 €

**Preu no soci:** 58 €

**Preu soci no federat:** 59 €

**Preu no soci no federat:** 62 €

**Places disponibles:** 15

**Inscripció per la web fins el:** 14/03/2023

**Direcció:** Quim Vila

[www.unioexcursionistavic.org](http://www.unioexcursionistavic.org)