

# Jornada tècnica

## Iniciació a l'alpinisme

27 de febrer i 2 de març de 2025



Jornada tècnica dirigida a totes aquelles persones que desitgin adquirir coneixements bàsics de progressió amb piolet i grampons, encordar-se i 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, nusos bàsic, auto detencions.

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

### PROGRAMA

**Jornada teòrica:** 27 de febrer de 2025 a les 20:00  
**Lloc:** UEVic C/ de la Riera 22, Vic

**Jornada pràctica:** 2 de març de 2025  
**Lloc:** Ulldeter

60 € per alumne.  
Descompte del 10% als socis U.E.Vic  
**Soci federat 54 €**  
**Soci no federat 58 €**  
**No soci, federat 63 €**  
**No soci, no federat 67 €**

**Places disponibles:** 10  
**Inscripció per la web fins el:** 25/02/2025  
**Direcció:** Quim Vila (instructor ECAM)  
[www.unioexcursionistavic.org](http://www.unioexcursionistavic.org)



PRESENTACIÓ

## **MATERIAL OBLIGATORI PER CURSETISTA**

- Casc.
- Piolet i grampons.
- Roba d'abrigar hivernal.
- Arnes.
- Anell cosit de 120 cm.
- 3 mosquetons HMS.
- 1 Davallador (ATC o Reverso).
- 1 corda entre 8,5 mm i 10 mm, per cordada.
- 1 cordino de 6 mm per 150 cm.