

CURSO DE PLANIFICACIÓN DE TRAVESÍAS EN MONTAÑA

**CURSO DE PLANIFICACIÓN
DE TRAVESÍAS
EN MONTAÑA**

MM17-2023-01H

FECHAS

- 20-21-22 OCTUBRE

PRECIO

- 55€ SOCIOS FEDERADOS
- 65€ PERSONAS CON SEGURO FEDERATIVO DE DÍA

INCLUYE

- SEGURO NO FEDERADOS
- DIPLOMA DEL CURSO

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

www.clubalpinomurcia.es
clubalpinomurcia@gmail.com

ORGANIZA:

HOMOLOGADO POR:

CLUB
ALPINO
MURCIA

ema
escuela
murciana de
actividades
de montaña

F
Federación de Montañismo
Región de Murcia

25 horas

FECHAS

- 20, 21 y 22 de octubre de 2023

LUGAR DE REALIZACIÓN

- **Teoría:** Sede de la Federación de Montaña de la Región de Murcia (FMRM)*.
- **Prácticas:** Las prácticas se llevarán a cabo en la Sierra de Ricote**.

*Sujeto a disponibilidad. La organización dispondrá un aula de semejantes características si el de la FMRM no estuviera disponible.

**La ubicación podrá ser modificada por la organización en caso de algún contratiempo.

HOMOLOGACIÓN DEL CURSO

El curso de Planificación De Travesías En Montaña, está homologado por la Escuela Murciana de Actividades de Montaña (EMA), perteneciente a la Federación de Montañismo de la Región de Murcia (FMRM).

ENTIDAD ORGANIZADORA

El curso está organizado por el Club Alpino Murcia perteneciente a la FMRM.

DESCRIPCIÓN/DURACIÓN DEL CURSO

El curso de Planificación de Travesías en Montaña, está destinado a todas aquellas personas que desean adquirir unos conocimientos básicos y generales sobre la planificación y gestión de rutas de varios días en montaña y en el medio natural, así como de las técnicas de campismo y vivac y de los elementos y herramientas de las que podemos servirnos para preparar y llevar a cabo una actividad de este tipo con total seguridad.

El curso tendrá una duración de 25 horas (5 de teoría y 20 de práctica) que se realizarán en un único fin de semana:

- Viernes 20 de octubre por la tarde (de 16:00h a 21:00h)
- Sábado 21 y Domingo 22 de octubre de 2023 (de 9:00h del sábado a 18:00h del domingo ininterrumpido).

OBJETIVOS

- Promover el conocimiento y la práctica del montañismo.
- Capacitar al alumno en la búsqueda y preparación del material e información necesaria para planificar y llevar a cabo una actividad de varias jornadas que requiera del uso de técnicas de orientación en el medio natural y valerse de sus propios medios para cumplir un itinerario de forma óptima.
- Conocer nociones básicas para el diseño y planificación de una ruta con pernocta/s.
- Recordar la utilización de los materiales y técnicas aplicadas en orientación analógica y digital (gps).
- Recordar las técnicas básicas de orientación con mapa y brújula.
- Introducir al alumno en la tecnología del GPS como herramienta de orientación y seguridad.
- Introducir al alumno del código de seguridad en montaña.
- Aprender a seleccionar las mejores ubicaciones para la pernocta.
- Desarrollar conceptos básicos sobre plan de evacuación, vías de escape y rutas alternativas.
- Recordar programas informáticos de gestión de “tracks” para el GPS (BaseCamp).
- Aportar herramientas y estrategias a los alumnos para el desarrollo de sus actividades de travesía por montaña con total seguridad y con una gestión óptima de recursos.
- Experimentar una pernocta montando su propio vivac/tienda.
- Mostrar al alumno las prendas recomendadas para las actividades en montaña.
- Introducir al alumno otros materiales básicos que ofrece el mercado aplicados al montañismo y conocer su correcta utilización (materiales para vivac, cocina, ...).
- Reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo en las travesías por montaña.
- Enseñar los conceptos básicos sobre alimentación y cocina durante una travesía en montaña.
- Introducir al alumno en las figuras de protección y legislación que regula los parajes naturales.

CONTENIDOS

El mínimo total de horas del curso es de 25 horas, repartidas en 5 h. para las teóricas y 20 h. para las prácticas.

CURSO DE PLANIFICACIÓN DE TRAVESÍAS EN MONTAÑA				
Nº	ÁREAS	Teoría	Práctica	Total
I.	PLANIFICACIÓN	2:00	4:00	6:00
II.	NAVEGACIÓN: ORIENTACIÓN, CARTOGRAFÍA Y GPS	0:00	4:00	4:00
III.	SEGURIDAD EN MONTAÑA Y METEOROLOGÍA	1:00	3:00	4:00
IV.	MATERIALES, ACAMPADA Y VIVAC	1:00	5:00	6:00
V.	LEGISLACIÓN Y LOGÍSTICA	1:00	4:00	5:00
TOTAL		5h	20h	25h

DESARROLLO/CALENDARIO DEL CURSO

Es requisito el que todos los alumnos asistan al 80% de las horas de teoría y al 80% de horas de práctica por separado para poder promocionar.

Se realizará una salida con pernocta como parte práctica del curso en la que se aplicarán de forma empírica los conceptos dados en la teoría y se ampliarán estos.

TEORÍA:

Las clases teóricas serán viernes 20 de octubre de 2023 de 16:00h a 21:00h. Tendrá lugar en sede de la FMRM.

PRÁCTICAS:

Las prácticas se llevarán a cabo de forma ininterrumpida desde las 9:00h del sábado 21 de octubre hasta las 18:00h del domingo 22 de octubre. La zona de las prácticas será el valle de Ricote.

Los horarios establecidos inicialmente podrán ser modificados, por razones justificadas, por parte de la organización del curso.

CUOTA/RATIO/PROFESORADO

- Cuota del curso por alumno: 55€ **para federados** (65€ para no federados).
- Ratio Profesor/Alumno:
 - 1 a 16 en teoría.
 - 1 a 8 en prácticas.
- Profesorado: Técnicos Deportivos en Media Montaña.
- Mínimo de 10 alumnos y máximo de 16.

INCLUYE

- Prácticas con Técnicos Deportivos en Media Montaña.
- El material individual y colectivo necesario para la realización de talleres de aprendizaje.

CONCEPTOS / GASTOS NO INCLUIDOS

- Desplazamientos a los lugares de prácticas.
- Gastos de pernocta en caso de ser necesarios (camping o similar).
- Material personal para la salida.
- Comida y agua.

EQUIPO Y MATERIAL OBLIGATORIO

Equipo individual:

- Ropa técnica y material de montaña adecuado a la época del año y climatología, para las actividades de montaña.
- Botas de montaña que protejan el tobillo.
- Linterna frontal.
- Comida y agua para todos los días y protector solar.
- Gorra o gorro para protegernos del sol.
- Botiquín de primeros auxilios.
- **Ordenador portátil con el programa BaseCamp previamente instalado.**

EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO SI EL ALUNMO POSEE.

- Brújula.
- Dispositivo de GPS.

Para aquellos participantes que no dispongan de brújula y GPS, la organización podrá prestarles, previo aviso por parte de los alumnos.

INSCRIPCIÓN Y REQUISITOS DE ADMISIÓN

- **Todos los alumnos deberán asistir al 80% de las clases teóricas.**
- Es necesario estar federado en la Federación de Espeleología de la Región de Murcia (FERM), en la Federación de Montaña de la Región de Murcia (FMRM) o en cualquier Federación con la que exista convenio, siempre y cuando el seguro unido a la tarjeta cubra la modalidad deportiva del curso y su localización geográfica, o bien, si no se posee, el club Alpino Murcia podrá proporcionar los seguros para esta modalidad deportiva o incluso, si el alumno lo prefiere se le puede gestionar la tarjeta federativa con los precios estipulados por el club de la misma.

- La fecha de inscripción finaliza el miércoles 18 de octubre a las 23:59 y se hará en el formulario que se indica más adelante
- En este formulario se os pedirá adjuntar un justificante del pago al número de cuenta ES25 0073 0100 5105 0634 6364 (Club Alpino Murcia). El precio se especifica en el apartado anterior. También se solicita una copia de la tarjeta federativa para aquel que se encuentre federado, y deberá serlo con cobertura para la actividad deportiva de senderismo/montañismo.
- El alumno debe tener el estado de salud y la forma física adecuada que permita poder desarrollar con normalidad la actividad física convocada. En caso contrario el técnico responsable tendrá autoridad para impedir la continuación del curso al alumno.

Formulario de inscripción:

<https://forms.gle/kG3btSkn9LL5Ps878>

OBSERVACIONES GENERALES

- El club podrá suspender el curso si no se cubre el número mínimo de plazas establecidas, en cuyo caso se aplazará o se realizará la devolución de las cantidades abonadas.
- El club podrá suspender/aplazar el curso, si las condiciones meteorológicas no son las conformes para realizar el curso. Los alumnos tendrán derecho a la devolución de las cantidades abonadas de los cursos aplazados/suspendidos no realizados.
- La edad mínima para inscribirse a partir de 18 años, y de 16 con autorización de los padres o tutor legal.
- Se devuelve el 100% de lo abonado en caso de no asistencia por enfermedad debidamente justificada.
- La asistencia al curso y desarrollo de las actividades programadas da derecho a la obtención de certificado EMA /FMRM que acredita la formación recibida.

MÁS INFORMACIÓN

<https://www.fmrn.net/>

<http://www.clubalpinomurcia.es/>

[Nacho Martínez - 650242920](tel:650242920)