



STAGE DE ALPINISMO Y PROGRESIÓN GLACIAR EN EL MACIZO DES ECRINS

FECHAS

DEL 28 DE JUNIO AL 4 DE JULIO, 5 DIAS DE ACTIVIDAD

PROGRAMA

28 DE JUNIO

Encuentro en el Camping de Ailefroide, Hautes-Alpes, Francia.

18:00 horas. Presentación de la actividad, revisión del programa, equipo y material. Alojamiento: Camping de Ailefroide.

29 DE JUNIO

Aproximación al refugio del Glacier Blanc, taller de progresión glaciár: nudos, encordamiento, autorrescate glaciár I.

Alojamiento: Refugio del Glacier Blanc

30 DE JUNIO

Travesía glaciár con ascensión mixta. Ascensión Pic du glaciár d'Arsine.3364m

Alojamiento: Refugio Ecrins

1 DE JULIO

Travesía glaciár con ascensión en terreno mixto. Ascensión al Roche Faurio 3730 m.

Descenso al Camping de Ailefroide.

Alojamiento: Camping de Ailefroide.

2 DE JULIO

Aproximación al refugio de Pelvoux. Taller repaso de contenidos de progresión por terreno rocoso y crestas.

Alojamiento: Refugio Pelvoux.

fmm.es

Avda. Salas de los Infantes, 1
5ª planta
28034 - Madrid

915 273 801
escuela@fmm.es

CIF: G79488870



3 DE JULIO

Ascensión en terreno nevado y terreno rocoso. Aiguille du Pelvoux.3684 m.
Alojamiento: Camping de Ailefroide.

4 DE JULIO

Desayuno y despedida, viaje de vuelta.

CONTENIDOS

Gestión del riesgo, equipo y material.
Progresión glaciar, nudos y encordamiento
Autorrescate glaciar, técnicas básicas de rescate en grietas
Travesía glaciar por crestas de nieve
Travesía glaciar con ascensión mixta.

A QUIEN VA DIRIGIDA ESTA ACTIVIDAD

Deportistas federados que quieran tener una primera experiencia alpina realizando actividades de alta montaña en el macizo del parque nacional del Ecrins y quieran aprender las bases de la progresión en terreno glaciar para afrontar futuras actividades de forma autónoma.

REQUISITOS

Deportista federado con la tarjeta federativa C para hacer actividad en Alpes.
Condición física buena, realizar actividades en montaña de 7 a 8 horas de duración y 1200m de desnivel positivo con cierta frecuencia.
Haber realizado o tener los conocimientos de los cursos de alpinismo intermedio y montañismo avanzado, esto implica, saber progresar con piolet y crampones por terreno nevado en pendientes de inclinación media, saber encordarse y asegurar con freno tipo cesta y nudo dinámico, nociones básicas sobre colocación de anclajes en roca (friends y empotradores), saber realizar aseguramientos puntuales rápidos en nieve.

PRECIO

El precio total del Stage es de 1150 €

Para inscribirte y hacer la reserva se pagan 200€ a través de la web, el resto del importe se paga por transferencia bancaria antes del 10 de junio.

Al realizar la reserva de plaza te enviaremos los datos para hacer el pago por transferencia.



MATERIAL NECESARIO

Casco, crampones con antiboot, arnés, 1 piolet clásico.

Material de encordamiento y autorrescate:

- 1-2 tornillos de hielo + 2 mosquetones de seguro
- 1 cinta plana 120cm
- 1 mini traxion + mosquetón ovalado de seguro
- 1 bloqueador tibloc + 1 mosqueton simple
- 1 cordino para nudo autoblocante
- 1 mosqueton antigiro de seguro
- 2 mosquetones simples + cordino 5mm de 3-5mt

Material.

- Ropa acorde con la meteorología (sistema de 3 capas)
- Mochila 30/40L
- Sistema de hidratación/ termo
- Gafas de sol nivel 4
- Gafas de ventisca
- Guantes gordos alpinismo + guantes finos
- Lámpara frontal
- Gorro
- Braga cuello
- Polainas
- Botas de 3 estaciones semirigidadas
- Bastón/es

QUE ESTÁ INCLUIDO

- Guía de alta montaña con acreditación UIAGM durante los 5 días de actividad.
- Alojamientos en refugios de montaña y albergues en régimen de media pensión, 6 noches.
- Remontes y teleféricos para acceder a los inicios de ruta establecidos en el programa.
- Material colectivo para la actividad.

MÁS INFORMACIÓN

Si quieres más información sobre cualquier aspecto del stage puedes escribirnos a escuela@fmm.es

