

## 1. IDENTIFICACIÓN DO CURSO

---

**NOME DO CURSO:** Curso de Niveloxía e DVA (Detectores de vítimas de Avalancha)

**ESTANDAR EEAM:** Non hai equivalencia da Escuela Española de Alta Montaña da Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada, +info <https://fedme.edu.es/formacion-para-deportistas>

**PERÍDO FORMATIVO:** 2022

**DATAS E HORAS DO CURSO:** Sábado 22/I de 09 a 18h, e Domingo 23/I de 08 a 17h cun total de 18h de curso.

**LUGAR:** Peña Ubiña (Torrebarrio, San Emiliano, León). A data e o lugar poderá sufrir variacións motivadas axeitadamente.

## 2. EN QUE CONSISTE O CURSO

---

**OBXECTIVOS DO CURSO:** Que o alumno/a sexa quen de realizar con seguridade e autosuficiencia ascensións e itinerarios en montaña en condicións invernaís. Coñecer mais en profundidade o medio no que se desenvolve a actividade invernal, os seus riscos, entender e interpretar un parte de nivelóxico. Manexar con soltura o DVA, as técnicas de sondaxe e paleo, facer test nivelóxicos sinxelos e rápidos, así como outros mais completos e elaborados e sobre todo, saber como actuar cando se produce unha avalancha. Aprender a realizar refuxios coa neve, tanto os improvisados como os premeditados.

### CONTIDOS TEÓRICOS E PRÁCTICOS:

Haberá una serie de contidos en liña a visualizar antes do curso e que facilitará o coordinador/a. E moi recomendable visualizar e revisar previamente eses contidos. A parte presencial terá unha parte teórica (charla e diapositivas) e outra práctica. Contidos:

Meteoroloxía básica, clasificación e características dos hidrometeoros, metamorfismos do manto nivoso, corte do manto nivoso: estatigrafía, identificación de capas e características.

Diferentes test de estabilidade (método do bastón, do bloque deslizante -rutschblock test), de compresión (CT) e da columna estendida (ECT), práctica con cada un deles.

Protocolo de saída invernal con DVA. Busca de vítimas de avalancha con e sen DVA, aproximación á avalancha, delegación de funcións na avalancha, número de rescatadores e material co que contan: metodoloxía diferenciada, estratexia de sondaxe e paleo cando a vítima non ten DVA, metodoloxía de busca con DVA, busca primaria, secundaria e fina, técnicas de sondaxe e paleo en función do número de rescatadores, con práctica sobre o terreo de cada un destes puntos.

Elaboración de refuxio de neve, con medios de fortuna e con premeditación, en función da tipoloxía do terreo e das condicións da neve,

**RATIO E ALUMNOS/AS TOTAIS:** 1 técnico/a por cada 8 alumnos/as (ata un máximo de 8); o mínimo de alumnos/as será de 6 persoas.

**PROFESORADO:** Serán técnicos/as deportivos ou federativos da Escola Galega de Alta Montaña, da Federación Galega de Montañismo.

## 3. OBRIGAS

---

**REQUISITOS BÁSICOS:** Idade mínima de 16 anos ao inicio do curso (con autorización familiar asinada e persoa maior de idade ao cargo do/a menor no propio curso), e ter a licenza federativa FEDME en vigor que cubra montañismo invernal (Tipo B).

**EXPERIENCIA DEPORTIVA:** Os/as participantes deben ter desenrolado previamente algún curso de Montaña invernal e/ou coñecemento práctico da autodetención con piolet e crampóns. É OBLIGATORIO ter eses coñecementos.

**MATERIAL INDIVIDUAL:** Crampóns con antizocos (homologación CE-EN 893:2010) compatibles coas botas propias, 1 piolet de travesía con dragonera (homologación CE-EN 13089:2010), casco de escalada (homologación CE-EN 12492:2012), bota (ríxida ou semiríxida) axeitada ao crampón que teñas, gafas de factor 3 mínimo (homologación UNE

EN 1836), crema solar factor 30 mínimo, polainas, termo para líquidos quentes, lanterna frontal, luvas (mellor impermeables e con recheo para o frío), mochila (35l aproximadamente)

Material Optativo Recomendado: DVA , pala e sonda propios. Lupa ou contaños e outro par de luvas de reposto. Derivado da actividade física moderada que levaremos a cabo nas saídas de prácticas e do tempo que estaremos “parados” nun ambiente potencialmente moi frío, e moi recomendable levar roupa térmica e illante suficiente.

#### 4. INSCRIPCIÓN E ADMINISTRACIÓN

**PREZO E SISTEMA DE PAGO**: O prezo do curso é de 100€ e pagarase con tarxeta bancaria.

##### **LICENZA FEDERATIVA**:

Para deportistas non federados, non está aberto o curso; para deportistas federados en Galicia, será mínimo a licenza “FEDME tipo B”.

Para deportistas non federados en Galicia, terá que estar federado/a en calquera Federación Autonómica de Montaña de España e a súa licenza terá que ter cobertura en calquera punto da Península Ibérica e cubrir os accidentes en montañismo invernal; terá que mandar (na inscrición na web) unha foto da licenza federativa que dispoña (anverso e reverso), así como a copia do DNI (anverso e reverso), e a FGM poderá facer de oficio as consultas axeitadas fronte á Federación emisora. En caso de non cumprir coas condicións antes expostas a FGM impedirá participar a este alumna/o e ocupará o posto con outro alumno/a.

**SISTEMA DE INSCRIPCIÓN**: Accede a <https://fedgalmon.gal/a-egam> e insíbete; as prazas cubriranse por estrita orde de inscrición ata 2 xoves antes do inicio do curso. Calquera dúbida podes consultar en [directortecnico@fedgalmon.gal](mailto:directortecnico@fedgalmon.gal) ou en [secretaria@fedgalmon.gal](mailto:secretaria@fedgalmon.gal)

**DEVOLUCIÓN ECONÓMICAS**: Terán que ser solicitadas expresamente polos interesados/as nun correo-e a [secretaria@fedgalmon.gal](mailto:secretaria@fedgalmon.gal) e terán dereito á devolución total da cota, coas seguintes condicións:

As persoas enfermas ou lesionadas sen Covid19 teñen que comunicalo e enviar xunto un certificado médico, asinado por un colexiado/a, indicando a imposibilidade de participar.

As persoas con Covid19 (ou sospeitosas) poderán en calquera momento enviar un certificado médico indicando a imposibilidade de participar por enfermidade infecciosa.

#### 5. ACOLLIDA

---

**ALOXAMENTO**: Non haberá aloxamento oficial polo que cada alumno/a terá que aloxarse polos seus medios. A FGM dispor dun refuxio en Torrebarrio, para o que poden reservarse prazas contactando directamente coa propia FGM.

**TRANSPORTE**: Non haberá transporte oficial polo que cada alumno/a terá que desprazarse polos seus medios. De todos os xeitos é moito máis ecolóxico e económico compartir transporte para acudir aos cursos, pero iso quedará a criterio do alumnado que así o quixera facer, pero dadas as circunstancias sanitarias temporais o transporte debería de ser só para persoas convivintes, axeitado ao protocolo sanitario en vigor.

**MANUTENCIÓN**: Non haberá ningún tipo de manutención a cargo do curso. Para os días de actividade recomendamos levar comida de monte moi enerxética (accesible incluso con luvas postas), así como facer unha perfecta hidratación preparada incluso para estar a temperatura baixo cero varias horas sen conxelarse (termo).

#### 6. ESPECIFICACIÓNS COVID19

---

Todas as persoas participantes terán que cumprir obrigatoriamente a normativa sanitaria en vigor e o protocolo FisiCovid da FGM aprobado pola Secretaría Xeral para o Deporte (especialmente á normativa en vigor sobre distanciamento, máscara, xel,...), ou incluso haberá que cumprir á normativa, polo principio de prudencia, que fora máis garantista entre a que rexe en Galicia e a que rexe en Castela e León (sede do curso). O Coordinador/a do curso exporá a normativa en vigor no momento de inicio do curso, e/ou previamente en canles de comunicación entre participantes, e tamén velará polo seu cumprimento. Recomendamos que todos os/as participantes leven funcionando no seu teléfono móbil a App Radar Covid do Goberno de España.

## 7. VARIOS

---

**DOCUMENTACIÓN A PORTAR AO INICIO DO CURSO:** Ao inicio do curso ao alumnado se lle poderá requirir que mostre a licenza federativa en vigor, xunto ao seu DNI, o xustificante de pago, e correo-e recibido de confirmación de inscrición (non fai falta imprimir nada).

**ALUGUER DE MATERIAL:** A Escola Galega de Alta Montaña non aluga material de montaña algún; preguntade nos vossos Clubs para coñecer se teñen servizo de préstamos de material deportivo (crampóns, piolet, casco,...)

**EXPULSIÓN DO CURSO:** Calquera persoa que incumpra a normativa anti Covid19 aplicada no curso, ou que non cumpra os requisitos obrigatorios de experiencia, material ou administrativos, ou que non cumpra intencionadamente as instrucións dos técnicos/as poñendo en risco a súa propia seguridade ou a seguridade de calquera dos outros participantes no curso, poderá ser expulsada do curso sen dereito de compensación económica ou formativa.

**COMUNICACIÓN ENTRE PARTICIPANTES:** Crearase un grupo de whatsapp voluntario entre todos os/as participantes só para resolver comunitariamente dúbidas que poideran xerarse en días previos ao inicio do curso, organizar viaxe,...

**BOLSAS DE AXUDA:** Moitos Clubs federados galegos teñen bolsas para os seus socios/as, e/ou préstamo de material deportivo, para poder participar en cursos da Escola Galega de Alta Montaña. Por favor consulta no teu Club.

**RECOMENDACIÓNS DE LECTURA:** Don Graydon e Kurt Hanson (2016) "Montañismo. La Libertad de las Cimas" Editorial Desnivel ISBN 9788498292268, de Kathleen Meyer (2014); 3x3 avalanchas. La gestion del riesgo en los deportes de invierno. Werner Munter. Ed Desnivel.; Montaismo Invernal: Técnicas Básicas para excursionistas y alpinistas. Andy Cunningham y Allen Fyffe. Ed Desnivel; Staying Alive in Avalanche Terrain. Bruce Tremper. Ed The Mountaineers Books; Avanche Essential: A step-by-step system for safety and survival. Bruce Tremper. Ed The Mountaineers Books ; Backcountry skiing Skills for ski touring and ski mountaineering. Martin Volken, Scott Schell and Margaret Wheeler .Ed The Mountaineers Books; Socorrismo y medicina de Urgencias en Montaña. Enric Subirats Bayego. Ed Desnivel, e de Máximo Murcia "Alpinismo Invernal" de Editorial Desnivel ISBN 9788498294477

**MÁIS INFORMACIÓN:** Federación Galega de Montañismo - R/ Fotógrafo Luís Ksado 17, Vigo - T. 986 208 758 de luns a venres de 10h a 13:30h ou de 16:30h a 19h ou en [secretaria@fedgalmon.gal](mailto:secretaria@fedgalmon.gal) ou en [fedgalmon.gal](http://fedgalmon.gal)