



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

CIF: G36630259

Escola Galega de Alta Montaña

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



### CÓDIGO DO CURSO FGM: 16-2024

#### NOME DO CURSO: Curso de Iniciación á Orientación na Montaña con App e Smartphones (N1App)

## 1. IDENTIFICACIÓN DO CURSO

---

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

**DATAS E HORAS DO CURSO:** Luns 29/Abr (telemática) de 20:00 a 22:00h, sábado 04/Maio (presencial) de 10:00 a 18:00h, cun total de 24h (porque haberá traballos telemáticos que preparar na casa e resolver na fase presencial, e titorías posteriores).

**LUGAR:** Concello de Ames (A Coruña). A data e o lugar poderá sufrir variacións motivadas axeitadamente.

## 2. EN QUE CONSISTE O CURSO

---

**OBXECTIVOS DO CURSO:** Gañar competencias no uso de apps de smarthphone para a orientación e/ou a preparación e desenvolvemento de rutas no monte e na montaña con seguridade. Aprender e practicar no uso de apps como Orux Maps, Mapas IGN, Fat Map, BaseCamp,... como complemento do compás (xa fora dixital ou analóxica), e o mapa (xa fora en papel ou en dixital). Este es un curso que se realiza en formato semipresencial.

**CONTIDOS TEÓRICOS E PRÁCTICOS:** Contidos básicos de seguridade en montaña / Breve recordatorio de mapa e compás / Lectura de mapa / Coordenadas, sistemas de referencia, extracción de coordenadas do mapa e viceversa / Gps, introdución ao GPS, funcionamento, limitacións,... / Fontes cartográficas dixitais, obtención, limitacións,... / Tracks e rutas, creación de tracks, rutas, waypoints, edición, compartir, descargar,... / Fonte de descarga de tracks / Pérfil, usos e abusos dos tracks e a cartografía dixital / Edición de rutas.

O alumnado terá que traballar na casa coas directrices do técnico da Escola Galega de Alta Montaña, para posteriormente desenvolver unhas prácticas presenciais. O traballo na casa consistirá na visualización e estudo duns vídeos e manual, e a realización de exercicios, tanto previos á saída como durante a actividade, e ao regreso. Acabará o curso cunha posta en común por vídeo chamada en data a convir.

**RATIO E ALUMNOS/AS TOTAIS:** 1 técnico/a por cada 16 alumnos/as

**PROFESORADO:** Serán técnicos/as 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 capacidades plenas.

**EXPERIENCIA DEPORTIVA:** Ter camiñado polo monte ou a montaña. Preferentemente ter coñecementos equivalentes ao N1 de Orientación da EGAM.

**MATERIAL INDIVIDUAL:** Roupa cómoda adaptada as condicións de cada día, bebida e comida (para o monte), calzado de montaña axeitado, lapis e goma de borrar, mochila, lanterna frontal, telefono móbil Android, e ordenador (un portátil individual, ou por parella, ou por grupo)

## 4. INSCRIPCIÓN E ADMINISTRACIÓN

---

**PREZO E SISTEMA DE PAGO:** O prezo do curso é de **55 €**, a pagar con tarxeta bancaria na web da Federación Galega de Montañismo. En caso de non estar federado/a debes de engadir 12€ de seguro deportivo.



**FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO**

**CIF: G36630259**

**Escola Galega de Alta Montaña**

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



**LICENZA FEDERATIVA:** O curso está aberto para deportistas federados e non federados; para deportistas federados en Galicia, será mínimo a licenza “tipo B”. Para deportistas non federados en Galicia, terá que estar federado/a en calquera Federación Autónoma de Montaña de España e a súa licenza terá que ter cobertura en calquera punto da Península Ibérica; 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 ocuparía o posto con outro alumno/a.

**SISTEMA DE INSCRIPCIÓN:** Accede a <https://fedgalmon.gal/a-egam> e inscíbete; 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)

**DEVOLUCIÓNS ECONÓMICAS:** Terán que ser solicitadas expresamente polo interesado/a nun correo-e enviado a [secretaria@fedgalmon.gal](mailto:secretaria@fedgalmon.gal) e terán dereito á devolución total da cota, só as persoas enfermas ou lesionadas que o comunicaran previamente enviando xunto un certificado médico oficial, asinado por un colexiado/a, indicando a imposibilidade de participar.

## 5. ACOLLIDA

---

**ALOXAMENTO:** Non haberá aloxamento oficial polo que cada alumno/a terá que aloxarse polos seus medios.

**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. 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.

**EXPULSIÓN DO CURSO:** Calquera persoa que incumpra 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 puideran 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.

**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)