1. IDENTIFICACIÓN DO CURSO

NOME DO CURSO: Curso de progresión e rescate en terreo glaciar

ESTANDAR EEAM: O curso non ten equivalencia da Escuela Española de Alta Montaña da Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada, +info https://fedme.edu.es/formacion-para-deportistas. Complementa os cursos de alpinismo.

PERÍODO FORMATIVO: 2025

DATAS E HORAS DO CURSO: sábado 15/Feb de 09h a 18h e domingo 16/Feb de 08h a 17h.

LUGAR: Macizo de Ubiña, Torrebarrio (León). A data e o lugar poderá sufrir variacións motivadas axeitadamente.

2. EN QUE CONSISTE O CURSO

OBXECTIVOS DO CURSO: Establecer os coñecementos necesarios para a realización de travesías glaciares con seguridade. Establecer os protocolos básicos de actuación no encordamento glaciar de 2 a 4 persoas e un método de autorecate. Completar a formación dos níveis de alpinismo, esquí de montaña, e montañismo invernal.

CONTIDOS TEÓRICOS E PRÁCTICOS: Seguridade en montaña invernal / Medioambiente / Nivoloxía e Meteoroloxía básica / Lectura de terreo glaciar / Equipo e material específico de alpinismo / Elección de itinerarios (información, dificultades, táctica) / Material técnico de seguridade e protección / Repaso Nós / Repaso Seguros en neve / Repaso Aseguramento dinámico / Progresión en cordada con instalacións de seguros e montaxe de reunións / Marcha glaciar e encordamento / Paso de grietas / Detención do compañeiro / Autorescate: montaxe de reunións, descenso por corda, ascenso por corda / Rescate do compañeiro: o compañeiro sube polos seus medios, o compañeiro colabora, o compañero non colabora pero está consciente, o compañero está inconsciente.

RATIO E ALUMNOS/AS TOTAIS: 1 técnico/a por cada 4 alumnos/as, cun mínimo de 3 alumnos/as para que se organice o curso.

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 a licenza federativa FEDME en vigor que cubra montañismo invernal e alpinismo (Tipo B).

EXPERIENCIA DEPORTIVA: Ter realizado o NI de Alpinismo, ou ter experiencia en ascensións en montaña invernal ou ter experiencia en alpinismo invernal e escalada básica ou esquí de montaña.

MATERIAL INDIVIDUAL: Botas ríxidas cramponables / 1 Piolet con dragonera de cualquier tipo / Crampóns con antizocos / Casco / Arnés / Cuerda de 60m por cordada / 6 mosquetones, minimo 2 de seguridad / Polea bloqueadora / Una o dos poleas ligeras / Dispositivo de freno con su mosquetón / Dos anillos de 120 o más / Dos cordinos para hacer autobloqueantes (corto y largo) o microbloqueadores / Dos cordinos más para autobloqueantes / 1 cordino de 4 a 6 metros de 6-7mm / Dos tornillos de hielo / Polainas / Frontal / Termo / Mochila de ataque / Lentes de sol(factor 3 mínimo) / Luvas e resposto / Crema solar / Vestimenta axeitada ás condicións invernais.

4. INSCRICIÓN E ADMINISTRACIÓN

PREZO E SISTEMA DE PAGO: O prezo do curso é de 255€ 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 ocuparía o posto con outro alumno/a.

SISTEMA DE INSCRICIÓN: Accede a https://fedgalmon.gal/a-egam e inscríbete; as prazas cubriranse por estrita orde de inscrición ata 2 xoves antes do inicio do curso. Calquera dúbida podes consultar en fedgalmon@fedgalmon.gal ou en info.egam@gmail.com

DEVOLUCIÓNS ECONÓMICAS: Terán que ser solicitadas expresamente polos interesados/as nun correo-e a secretaria@fedgalmon.gal e terán dereito á devolución total da cota só as persoas enfermas ou lesionadas que o comuniquen previamente ao inicio do curso e xunten un certificado médico oficial, asinado por un médico 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. A FGM dispón 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.

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.

6. VARIOS

DOCUMENTACIÓN A PORTAR AO INICIO DO CURSO: Ao inicio do curso ao alumnado se lle poderá requerir 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 vosos Clubs para coñecer se teñen servizo de préstamos de material deportivo (crampóns, piolet, casco,...)

EXPULSIÓN DO CURSO: Calquera persoa 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: Para o desenvolvemento do temario empréganse os seguintes libros tendo en conta as actualizacións de técnicas e seguridade desde a súa edición:

Montañismo. La Libertad de las Cimas – Don Graydon e Kurt Hanson (Edit: Desnivel ISBN: 9788498292268) / Alpinismo Invernal – Máximo Murcia (Edit: Desnivel ISBN:9788498294477) / Autorescate en paredes, glaciares y avalancheas – Máximo Murcia (Edit: Desnivel ISBN:9788498293944) / https://www.petzl.com/ES/es/Sport/Alpinismo / http://www.scuolaalpiovest.it/wp-content/uploads/download/CAI_manuale_Ghiaccio_e_Misto.pdf

MÁIS INFORMACIÓN: Federación Galega de Montañismo - R/ Fotógrafo Luis 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 ou en fedgalmon.gal