

CURS DE PREPARACIÓ D'ITINERARI, PROGRESSIÓ I APRECIACIÓ

LLOC: ECEM Pont de Suert

DATES: 4 i 5 mar

6 i 7 mar

MATERIAL: Equip adequat per moure's en muntanya hivernal. Per desplaçar-se: equip sencer d'esquí de muntanya o raquetes.

REQUISITS MÍNIMS: Haver fet prèviament el curs d'introducció a la neu i les allaus o acreditar haver fet altres cursos bàsics. Estar en condicions de fer 500 m de desnivell en pujada en 2 hores com a màxim.

CONTINGUTS: L'objectiu és que l'alumne adquireixi els coneixements suficients per saber identificar les situacions de perill, i evitar-les.

Preparació de l'itinerari: Mètode 3x3, altres mètodes d'ajut a la decisió, interpretació de l'escala de perill, el trinomi condicions, terreny i factor humà.

Indicis d'estabilitat, tests i recursos: Indicis de l'evolució de l'estabilitat del mantell nival, recursos per avaluar l'estabilitat i les característiques del terreny, tests d'estabilitat.

Traçat d'itineraris: Tria de la traça a l'ascens i en el descens, identificació d'escenaris favorables a l'accident, dinàmica de grup, factor humà, factor de grup, presa de decisions, pas per zones delicades.

PROGRAMA:

	Dia 1	Dia 2
9:00-10:00		Pràctiques de progressió, observació d'indicis, tests d'estabilitat, traçat d'itineraris
10:00-11:00		
11:00-12:00		
12:00-13:00		
13:00-14:00		
14:00-15:00		
15:00-16:00		
16:00-17:00	Preparació d'un itinerari, apreciació del perill d'allaus	
17:00-18:00	Indicis d'estabilitat, tests i recursos	
18:00-19:00	Traçat d'itineraris	