

PROPEROS CURSOS A LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

Progressió per crestes	Del 29 de maig al 3 de juny	Club Excta. de Gràcia
------------------------	-----------------------------	-----------------------

Informa-te'n a www.feec.cat

ENTITATS DE LA REGIÓ I (BARCELONÈS):

AGRUP. CULT. ESP. BOMBERS DE BARCELONA – AGRUP. CULT. FOLKLÒRICA BARCELONA – AGRUP. EXCTA. BUFALÀ – AGRUP. EXCTA. CATALUNYA – AGRUP. EXCTA. ICÀRIA – AGRUP. EXCTA. MUNTANYA – AGRUP. EXCTA. PEDRAFORCA – ASS. D'ESCALADA I EXCUR. LES CORTS – ASS. ESP. DEU DITS – ASS. ESP. INTEMPÈRIE – ASS. EXCTA. ETNOGRAFIA I FOLKLORE – ASS. SANT MARTÍ ESPORT (SE) – CANYONING CLUB PUNTO LÍMITE – CASP, ANTICS ALUMNES ASSOCIATS (SE) – CENTRE ACTIV. MUNTANYA NOU BARRIS – CENTRE D'ACTIVITATS DE MUNTANYA BASE – CENTRE EXCTA. ÀLIGA – CENTRE EXCTA. BADALONA – CENTRE EXCTA. DE CATALUNYA – CENTRE EXCTA. ELS BLAUS – CENTRE EXCTA. PUIGCASTELLAR – CLUB ALPINO BARCELONA – CLUB D'ATLETISME NOU BARRIS (SE) – CLUB ESP. LES PANTERES GROGUES – CLUB ESP. PRORUNNERS – CLUB ESP. UNIV. ENGI. TELEC-CEUETL (SE) – CLUB ESQUÍ PUIGMAL (SE) – CLUB EXCTA. ARESTA NORD – CLUB EXCTA. CIMA – CLUB EXCTA. DE GRÀCIA – CLUB EXCTA. I DE MUNTANYA TAXONERA - CLUB EXCTA. MADTEAM – CLUB EXCTA. PIRENAIC – CLUB MUNTANYENC BARCELONÈS – CLUB MUNTANYENC L'HOSPITALET – COLLA EXCTA. LA SENYERA – CORDADA ASSOCIACIÓ EXCURSIONISTA – ESPELEO CLUB DE GRÀCIA (SE) – FOMENT EXCTA. DE BARCELONA – FOMENT MARTINENC (SE) – G10, ASS. D'AMICS DE LES MUNTANYES - GRUP DE MUNTANYA DEL CASAL LAMBDA – GRUP MUNTANYA SANT PERE CLAVER – ORFEÓ GRACIENC (SE) - PENYA EXCTA. GUIMERÀ – PENYA FONDISTES BADALONA – TAULA DE JOVES COMTAL (SE) – UNIÓ CARAVANISTA DE CATALUNYA (SE) – UNIÓ EXCTA. DE CAT. AGRUP. ESP. D'ALPINISME I ESQUÍ — UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA BARCELONA – UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA DE GRÀCIA – UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA D'HORTA – UNIÓ EXCTA. DE CATALUNYA DE SANTS – UNIÓ EXCTA. SANT MARTÍ PROVENÇALS



CURS D'ESCALADA EN ROCA

Del 3 al 15 de maig

NIVELL 2

ORGANITZA:



**CORDADA, ASSOCIACIÓ
EXCURSIONISTA I
ECOLOGISTA**

AMB EL SUPORT DE :



Generalitat
de Catalunya



CURSOS DE PROMOCIÓ 2018

PRESENTACIÓ I OBJECTIUS

Conèixer i habitar-se a les tècniques de progressió i seguretat per poder escalar com primer de corda itineraris equipats de més d'un llarg, tant en lliure com en artificial bàsic.

CONTINGUTS

- Material i equip.
- Tècniques de seguretat.
- Tècniques de progressió.
- Coneixement del medi, graduació de les dificultats i coneixement de ressenyes d'escalada.

NIVELL TÈCNIC NECESSARI

Haver realitzat un curs de nivell I o tenir experiència d'escalada esportiva.

MATERIAL QUE CAL PORTAR

- Peus de gat, talabard, casc, assegurador/rapelador tipus placa de fre.
- 2 mosquetó de seguretat HMS.
- 3 mosquetons normals amb tanca.
- 1 cordino de keblar 120 cm.
- 3 m cordino 6 mm Ø; 2 m corda 8 mm Ø, 1 Maillón de 6 mm Ø.
- 6 Cintes exprés.
- Alguns d'aquests materials és poden demanar a l'entitat.

NORMES DEL CURS

- Places: de 8 a 12 alumnes.
- Caldrà tenir el carnet federatiu anual de la FEEC any 2018, o tramitar un carnet temporal pels dies del curs (9 €).
- La direcció del curs, tindrà la possibilitat de modificar el programa previst, en el cas que les condicions climatològiques ho aconsellin.
- La direcció del curs i el seu equip es reserven el dret d'excloure del curs, qualsevol alumne que demostrï desinterès, manca de capacitat, o incompliment de les normes.
- Els viatges i àpats aniran per compte de l'alumne.
- La pràctica dels esports de muntanya i entre ells l'escalada en roca, comporten l'assumpció del risc a patir accidents, en tant que són activitats que comporten situacions de perill. Les pràctiques que es realitzen dins d'aquest curset no estan exemptes d'aquest risc. El participant, amb la seva inscripció, assumeix aquesta realitat.

INSTRUCTOR/ALUMNE

La ràtio és d' 1:4, un instructor per cada quatre alumnes.

CORDADA, ASSOCIACIÓ EXCURSIONISTA I ECOLOGISTA

C/ Sant Adrià, 20 – 08030 Barcelona

www.cordada.org / secretaria@cordada.org

Telèfon: 688 920 377

PROGRAMA DEL CURS – Nivell 2

MAIG

- | | |
|-----------|--|
| 3 | Presentació del curs – Sessió teòrica: Material i equip d'escalada de 20 a 21,30h. Lloc Casal de Sant Andreu: L'Harmonia, C/ Sant Adrià, 20 – Metro "Sant Andreu". |
| 5 | Sortida pràctica. Lloc a determinar (si és possible, Montserrat). |
| 6 | Sortida pràctica. Lloc a determinar (si és possible, el Congost). |
| 8 | Sessió teòrica: Tècniques de progressió i seguretat. Graduacions i ressenyes. |
| 12 | Sortida pràctica. Lloc a determinar (Si és possible, Montserrat). |
| 13 | Sortida pràctica. Lloc a determinar (Si és possible, Montserrat). |
| 15 | Sessió teòrica: Repàs i examen dels continguts. Cloenda del curs. |

La presentació i sessions teòriques tindran lloc a les 20 h. a la seu de Cordada AEE Casa de Sant Andreu: L'Harmonia, C/ Sant Adrià, 20 – Metro "Sant Andreu".

DIRECCIÓ DEL CURS: Josep Escruela

Tots els instructors tenen la titulació de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya – **ECAM**.

DRETS D'INSCRIPCIÓ

165 € per alumne, amb carnet federatiu anual de la FEEC.

180 € per alumne sense carnet federatiu anual (a aquest preu s'haurà d'afegir el cost del carnet temporal 9€).

Programa "Dona i esport": es retornarà el 20% de la inscripció a aquelles dones amb carnet federatiu anual de la FEEC i que omplien correctament la documentació.

INSCRIPCIONS: Fins a exhaurir les places (es donen per ordre de pagament).

Contacteu amb secretaria@cordada.org

Les places es confirmen per rigorós ordre de recepció de la matrícula.