

Escalada en gel

Iniciació:

A qui va adreçat: a persones que tenen certa experiència en l'alta muntanya hivernal i/o en escalada.

Requisits mínims: no són necessaris.

Objectiu del curs: poder realitzar itineraris d'un sol llarg, de dificultat moderada amb seguretat i autonomia.

Continguts: equip i material, tècnica de piolet tracció i puntes frontals, tècniques d'assegurament, gestió de la corda/es, muntatge de reunions, ràpels, instal·lació d'assegurances (cargols de gel, Abalakov), protocols de seguretat, coneixement del medi,...

Material aportat per l'alumne: botes de muntanya gramponables, rígides o semirígides, polaines, bastons, DEVA (ARVA), pala, sonda, grampons amb antipans, 2 piolets tècnics, motxilla 30 litres aprox, casc, arnés, cap d'ancoratge, aparell assegurador/davallador tipus Reverso, 5 mosquetons de seguretat (mínim 3 HMS), 5 cintes exprés, 3 cargols de gel, 1 cordino de 7mm i 5m, 2 cordinos de 6mm i 120-150cm, 2 cintes cosides de cintes de 120cm, 1 corda doble de 60m, un malló de 7mm homologat.

Roba adequada per a l'activitat: roba interior tèrmica i transpirable, pantalons per activitats hivernals, pantalons exteriors de Goro-Tex o similar, forro polar, jaqueta Primaloft o similar, jaqueta de Goro-Tex o similar, 1 parell de guants fins, 1 parell de guants gruixuts, gorro, coll, ulleres de sol i de tempesta.

A més: beguda i menjar suficient per a l'activitat.

Duració: 2 dies (14h efectives).

Ràtio: un tècnic titulat/ quatre alumnes.

Preu: des de 150€/pax

Inclou: assegurança, tècnic/guia titulat, material addicional.

Època: de desembre a març (segons les condicions de la muntanya).

