



www.luisalejos.com - escalada@luisalejos.com

tel. 629 707 612

Escalada en hielo

Iniciación:

A quién va dirigido: a personas que tienen cierta experiencia en la alta montaña invernal y / o en escalada.

Requisitos mínimos: no son necesarios.

Objetivo del curso: poder realizar itinerarios de un solo largo, de dificultad moderada con seguridad y autonomía.

Contenidos: equipo y material, técnica de piolet tracción y puntas frontales, técnicas de aseguramiento, gestión de la cuerda / as, montaje de reuniones, rápeles, instala • instalación de seguros (tornillos de hielo, Abalakov), protocolos de seguridad, conocimiento del medio, ...

Material aportado por el alumno: botas de montaña gramponables, rígidas o semirrígidas, polainas, bastones, DEVA (ARVA), pala, sonda, crampones con antipans, 2 piolets técnicos, mochila 30 litros aprox, casco, arnés, cabo de anclaje , aparato asegurador / descensor tipo Reverso, 5 mosquetones de seguridad (mínimo 3 HMS), 5 cintas exprés, 3 tornillos de hielo, 1 cordino de 7mm y 5m, 2 cordinos de 6mm y 120-150cm, 2 cintas cosidas de cintas de 120cm , 1 cuerda doble de 60m, un mazo de 7mm homologado.

Ropa adecuada para la actividad: ropa interior térmica y transpirable, pantalones para actividades invernales, pantalones exteriores de Goro-Tex o similar, forro polar, chaqueta Primaloft o similar, chaqueta de Goro-Tex o similar, 1 par de guantes finos, 1 par de guantes gruesos, gorro, cuello, gafas de sol y de tormenta.

Además: bebida y comida suficiente para la actividad.

Duración: 2 días (14h efectivas).

Ratio: un técnico titulado / cuatro alumnos.

Precio: desde 150 € / pax

Incluye: seguro, técnico / guía titulado, material adicional.

Época: de diciembre a marzo (según las condiciones de la montaña).

