

# FICHA INFORMATIVA DE ACTIVIDAD:

JORNADAS DE INICIACIÓN A LA ESCALADA CLÁSICA



**FEXME**  
FEDERACIÓN EXTREMEÑA  
DE MONTAÑA Y ESCALADA

TIPO DE ACTIVIDAD:	DENOMINACIÓN:	TÉCNICOS RESPONSABLE #
<b>CONCENTRACIÓN LÚDICO-DEPORTIVA</b>	JORNADAS DE INICIACIÓN A LA ESCALADA CLÁSISCA	PEPE MORERA GAMERO. TD2 M.M JAVIER GIL BLANCO. TD2 M.M
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		
<p>El punto de encuentro será en el restaurante la Bodeguilla, en la localidad de Hoyos del Espino (Ávila), Sierra de Gredos el sábado 22 a las 08:00. Desde allí, una vez reunidos todos los deportistas, nos dirigiremos hasta la plataforma (Desplazamiento aún por cuenta del deportista.).Desde aquí dará comienzo la actividad.</p> <p>Este mismo día se realizará la aproximación a la zona de actividad conocida como Circo de Gredos, allí realizaremos una jornada de iniciación a la escalada clásica, llevando a cabo las técnicas de progresión y aseguramiento adecuadas para la escalada de autoprotección. Esa noche cenaremos y pernoctaremos en el refugio Laguna Grande de Gredos.</p> <p>El domingo realizaremos varias vías clásicas, donde aprenderemos las técnicas necesarias de seguridad y progresión por terreno alpino.</p> <p>Todas estas prácticas se organizarán a modo de talleres en los cuales los deportistas conocerán el material que se usa en alpinismo y su correcta utilización.</p> <p>La concentración finalizará en la plataforma de Hoyos del Espino el domingo a las 18:30.</p>		
DEPORTISTAS ASISTENTES	FECHA Y DURACIÓN:	NIVEL DE DIFICULTAD DE LA SALIDA
10 DEPORTISTAS	DÍAS 22 y 23 DE JUNIO 2019	INICIACIÓN
LUGAR DE DESARROLLO	INSTALACIONES A UTILIZAR	PUNTO DE ENCUENTRO Y HORA
SIERRA DE GREDOS	REFUGIO LAGUNA GRANDE DE GREDOS	RESTAURANTE LA BODEGUILLA (HOYOS DEL ESPINO, ÁVILA), SÁBADO 22 A LAS 08:00.
MATERIAL DEPORTIVO NECESARIO INDIVIDUAL		MATERIAL COLECTIVO

**- ROPA ADECUADA PARA LA ACTIVIDAD POR MONTAÑA INCLUYENDO:**

ROPA INTERIOR TÉCNICA, FORRO POLAR, ROPA DE ABRIGO (FIBRA O PLUMAS), CHAQUETA IMPERMEABLE. (Recomendable muda completa de repuesto).

**- CALZADO DE MONTAÑA.**

**- EQUIPO DE PROGRESIÓN Y SEGURIDAD PERSONAL:**  
ARNÉS, CASCO, SISTEMA DE ASEGURAMIENTO (REVERSO, CESTA), 3 MOSQUETONES DE SEGURO HMS, ANILLO DE CINTA COSIDO DE 240 CM, CABO DE ANCLAJE Y CORDINOS DE VARIAS MEDIDAS.

**- MOCHILA DE MONTAÑA DE 30/40 LITROS**  
Cómoda para andar por montaña y llevar dentro el equipo personal.

**- COMIDA Y AGUA PARA LA ACTIVIDAD.**

**- FRONTAL CON PILAS DE REPUESTO.**

**- CREMA SOLAR.**

**- GAFAS DE SOL.**

Será aportado por la FEXME.

**TECNICOS RESPONSABLES, CONTACTO:**

**Pepe Morera Gamero 649 01 71 83.**

**Javier Gíl Blanco 636 06 12 99.**

*Documento adaptado al Plan Extremeño de Tecnificación en Alpinismo de la Fexme por el técnico Juan José Canode la norma UNE 188003:2009 de Turismo Activo para la salida de dicho grupo.*

**AUTORIZACIÓN PATERNAL**

**Don/doña:** \_\_\_\_\_ **con DNI** \_\_\_\_\_

**Autorizo a mi hijo/a** \_\_\_\_\_ **con DNI** \_\_\_\_\_ **a participar en las Jornadas de fomento del alpinismo femenino organizadas por la Federación Extremeña de Montaña y Escalada descritas en este documento y autorizo a los técnicos responsables de la misma a trasportar en sus vehículos a mi hijo/a en el trayecto desde el Albergue hasta la zona de práctica y realizar las actividades programadas con ellos.**

**Para que conste a tales efectos firmo este documento en** \_\_\_\_\_ **a** \_\_\_\_\_ **de**  
**Marzo de 2019.**

**Fdo:**

**PARTICIPANTES:**

<b>NOMBRE Y APELLIDOS</b>	<b>EDAD</b>	<b>LOCALIDAD</b>