



REFUGIO POSTERO ALTO

ESCALADA EN HIELO

Especial Actividades Invernales.

Con la llegada del invierno la montaña se transforma y se vuelve aun más atractiva e interesante cuando esta nevada. En Sierra Nevada todos los inviernos se forman cascadas de hielo y las podemos encontrar en las paredes de antiguos circos y valles glaciales del sector occidental (donde se concentran los tresmiles)

Cursos de Escalada en Hielo

Aprender y adquirir los conocimientos y habilidades básicas y necesarias para iniciarse en la escalada en hielo de una forma segura y atractiva. En la escalada en hielo se hace necesario el uso de técnicas diferentes de escalada y el empleo de materiales e instrumentos muy específicos de esta actividad.

Descripción de la actividad

Día 1º: Encuentro con los participantes y programa de actividades.
Cena y alojamiento.

Día 2º: Desayuno + Picnic.
Itinerario: Aproximación a zona de hielo. Técnicas de progresión con crampones y pilotes en diferentes pendientes de hielo. Manejo de la cuerda y progresión de segundo en hielo vertical. cuerda fija.
Cena y alojamiento.
Proyección audiovisual.

Día 3º: Desayuno + ½ Picnic.
Itinerario de Escalada en Hielo: técnica y progresión en una cascada.
Introducción de seguros y reuniones en hielo. Técnicas de descenso.
Comida de despedida.
Fin de la actividad.

- **Servicios Incluidos:** Monitores – guía para la actividad. Material específico y colectivo (crampones, piolets, cuerda, arnés, etc.). Seguro de R.C. y de Asistencia. Alojamiento y desayuno.