

MULTIACTIVIDAD INVERNAL 5 DÍAS

Aprender y adquirir los conocimientos y habilidades básicas y necesarias para moverse y progresar por la Alta montaña en invierno. No solo imprescindible para iniciarnos en la práctica del montañismo sino también nos hará disfrutar de la montaña y experimentar nuevas e inolvidables sensaciones.

Participantes: Mayores de 18 años

Curso de Iniciación: Multiformación en Montaña Invernal.

Día 1º:

- Llegada Al Refugio, distribución en los dormitorios.
- Ajuste y reparto de material: raquetas, crampones, piolets, casco, arneses, etc.
- Cena

Día 2º:

- Desayuno + Picnic.
- Practicas con Crampones, piolets,
- Técnicas de progresión en nieve sin crampones y con crampones
- Auto detección con piolets y crampones.
- Autoseguros en nieve y medios de fortuna.
- Llegada al Refugio, ducha.
- Cena.
- Proyección audiovisual: alta montaña invernal.

Día 3º:

- Desayuno + Picnic.
- Progresión en nieve con raquetas y bastones
- Construcción de un Iglú y vivac en la nieve.
- Llegada al Refugio, ducha.
- Teórica vida y movimiento en montaña invernal.
- Cena.

Día 4º:

- Desayuno + Picnic.
- Itinerario de ascensión a cumbre en terreno nevado: practicas con Crampones, piolets, raquetas, etc.
- Llegada al Refugio, ducha.
- Teórica vida y movimiento en montaña invernal.
- Cena.
- Proyección audiovisual: alta montaña invernal.

Día 5º:

- Desayuno + ½ Picnic.
 - Corredores del Alhori.
 - Regreso al refugio.
 - Aseo personal.
 - Comida y Despedida.
-
- **Servicios Incluidos:**
 - Hospedaje y Mantenición.
 - Monitores específicos técnicos en actividades de alta montaña.
 - Material específico, individual y colectivo (crampones, piolets, cuerda, arnés, etc.).
 - Seguro de R.C. y de Asistencia.

