



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.com

“Sección de Formación 2018”



Prácticas Invernales 1: Nivel I – iniciación –

Sí el miércoles anterior a la fecha de realización de las prácticas no se diesen las condiciones necesarias (climatológicas y de estado de la nieve) para su celebración los organizadores podrán cancelarlas y se pospondrían para el 11 de febrero.

Fecha:	Domingo 28 de Enero de 2018
Transporte:	Autocar <ul style="list-style-type: none">• 7:00 h. Canillejas (C/ Alcalá, 634) / 7:15 h. Plaza de Castilla• 7:30 h. Tres Cantos (Estación) / 7:50 h. Navacerrada (Rotonda M-607 P.K. 56)
Precio:	<ul style="list-style-type: none">• 15 €. Federados (con Licencia B o superior)• 18 €. Otros. (Incluye seguro) Pago previo obligatorio mediante tarjeta bancaria.
Contenido:	<u>Grupo de NIVEL I (iniciación)</u> <ul style="list-style-type: none">• Material para progresión en nieve. Tipos de crampones y piolets, ropa técnica.• Técnicas de progresión con crampones pendientes <math><40^\circ</math>. Marcha (0-15°), pies de pato (15-30°), diagonal (30-40°).• Técnicas de piolet bastón para travesía y piolet de ancla y cambio de dirección.• Prácticas de auto-detención.
Material Obligatorio:	Equipación invernal de montaña. Ropa-tres capas-, botas semirígidas, gafas de sol y ventisca, crampones, piolet, casco, ...
Inscripciones:	En www.montanapegaso.com → a partir 17 de enero. Ver condiciones de inscripción y anulación en Web
Coordinador:	Jose AM. Consultas por Email: joseam66@gmail.com y formacion@montanapegaso.com

