



II CURSO DE OREINTACIÓN 20, 21, 22 y 27 de Abril de 2012

¿Dónde estoy?

¿Qué ruta seguir?

¿Cuánto me queda para llegar (a la cumbre, al refugio...)?

Éstas son preguntas que van unidas a la práctica del montañismo y que hacen que tener conocimientos de orientación y llevar en la mochila el material necesario, sean fundamentales para disfrutar de este deporte con seguridad. Tan importante es planificar la ruta más segura, como luego en la montaña saber orientarse para seguirla incluso en condiciones adversas (climatológicas, noche, etc.), como saber tomar las decisiones adecuadas cuando es necesario cambiar el plan de ruta en un momento delicado.

Por ello queremos que los socios del Grupo de Montaña Pegaso tengan la oportunidad de aprender a interpretar un **mapa** y a utilizar la **brújula**, el **altímetro** y el **GPS**. Para ello hemos organizado el **II CURSO DE ORIENTACIÓN** en el que aprenderemos a crear nuestras rutas y orientarnos, combinando la teoría con la práctica sobre terreno natural. Es cierto que algunas personas tienen mayor facilidad innata que otras para orientarse, pero todos pueden aprender con las indicaciones necesarias, y tanto para unos como para otros es importante aprovechar una oportunidad como ésta.

La duración será de cuatro jornadas: dos teóricas y dos prácticas.

La realización será en Madrid, La Pedriza y Moralarzal.

El curso no pretende cubrir los aspectos y contenidos de un curso profesional, sino aportar los conocimientos básicos para la práctica de las actividades que realizamos cotidianamente con el club en la montaña.

PROGRAMA

VIERNES 20. Teórica "CARTOGRAFÍA Y TÉCNICAS DE ORIENTACIÓN"

CONTENIDO:

- ¿Qué es un mapa?
- Escalas
- Tipos de planos y mapas
- Información cartográfica
- Lectura e interpretación del mapa
- Instrumentos (la brújula, el altímetro, el GPS)
- Azimut y rumbo
- Técnicas-tácticas de orientación (por orografía, señales en el terreno, por



**rumbos, triangulación, combinaciones, C.A.R.S.)
- Elección de la ruta. M.I.D.E.**

LUGAR: Centro Cultural Miguel de Cervantes. Calle Fenelón s/n – METRO Las Musas o Torre Arias. ([mapa](#))

HORARIO: 18:00 a 20:30

SÁBADO 21. Práctica de "ORIENTACIÓN I" (La Pedriza de Manzanares)

El **Parque Natural de La Pedriza** es un laberinto natural. Durante esta jornada vamos a tener que encontrar cosas, pero para que tenga un sentido más práctico, esas cosas serán algo real y necesario en la actividad habitual del montañismo: senderos, puentes, fuentes, refugios, puntos de referencia, etc.

Para hacerlo más didáctico, queremos que, siendo un lugar totalmente desconocido para vosotros, dependáis sólo del material de orientación para encontrar el camino, por lo que tendremos que ignorar señales de senderos GR y PR, letreros indicadores y los que conozcan la zona, olvidarla de momento.

La práctica se dividirá en varios tramos en los que se utilizarán distintas técnicas de orientación para encontrar cosas y la ruta a seguir, simulando al mismo tiempo distintas condiciones de niebla, noche, necesidad de encontrar agua, etc. que nos obliguen a elegir la táctica más idónea en cada momento.

La ruta que hemos preparado, además de servirnos para realizar estas prácticas, será bonita y divertida para montañeros como vosotros. No siendo muy larga, poco más de 7 Km. y un desnivel de 687 m., tiene alguna pechada en largas pendientes, trepaditas fáciles (máx. grado II), pasos peculiares como la grieta del Yelmo (más divertido que complicado) y sobre todo un entorno muy especial como es el de La Pedriza con infinidad de formas caprichosas realizadas por la Naturaleza sobre el granito en un momento de inspiración.

► **MIDE:** 2-3-2-3

LUGAR DE REUNIÓN: Canto Cochino (La Pedriza). 8:30h

HORARIO: Mañana y tarde.

DOMINGO 22. Práctica de "ORIENTACIÓN II" (Laderas de Moralarzal)

El fin en esta ocasión es más *cartográfico* que montañero. Nos acercaremos al uso de un mapa de mayor escala, y por lo tanto, con mayor grado de detalle en aquello que representa, al modo de las carreras deportivas de orientación.

No se trata ya de saber más o menos dónde me encuentro y de no perdernos, sino que ahora, con sólo la ayuda del mapa y la brújula, **intentamos localizar y llegar a lugares**



más concretos, más puntuales. Nuestro mapa nos lo permitirá, porque ahora contamos con un mapa a escala 1:10.000. En este curso te contamos la diferencia con respecto a los mapas a escalas 1:25.000 o 1:50.000 que con frecuencia has utilizado.

PRÁCTICA:

Este objetivo lo conseguiremos a través de dos juegos.

Práctica 1. Los asistentes se dividirán en dos grupos y dos zonas. Uno grupo decidirá, y marcará sobre el plano, una serie de puntos en su zona. La práctica para este grupo consiste en ir a esos puntos y marcarlos físicamente. Una vez hecho esto, dará el plano al otro grupo, para el cual la práctica consistirá en encontrar los puntos marcados en dicho plano. Después los roles se cambiarán, y el grupo que buscó puntos, ahora los marcará en su zona, y los buscará el otro grupo. En todo momento intentaremos seguir con el mismo espíritu de disfrutar de nuestro plano.

Práctica 2. Cada asistente recibirá un listado de puntos que están reflejados en el mapa y ha de llegar hasta ellos en el orden secuencial que se le indique. Esta es una práctica individual para que cada uno se vea en la necesidad poner en práctica lo aprendido. Pero si ves que aún así no se te da muy bien, tienes tiempo de practicar de nuevo con ayuda de tu grupo en la práctica siguiente.

LUGAR DE REUNIÓN: Aparcamiento del Parque de la Tejera (Moralzarzal). 11:00h

HORARIO: Mañana y tarde

VIERNES 27. Teórica "PROYECCIONES CARTOGRÁFICAS Y GPS"

CONTENIDO:

- El GPS. ¿Qué es y cómo funciona?
- Tipos de GPS
- Datos que proporciona el GPS y datos que se le pueden introducir
- Elementos (TRACK, WAYPOINT, RUTA)
- Orientación con GPS
- Navegación con GPS
- Programas informáticos para PC compatibles con GPS (OZI Explorer, MapSource, GoogleEarth,). Transmisión de datos. Formatos.
- Cartografía compatible con GPS y programas para PC
- Georreferenciación de cartografía. Dátum, geoide, proyecciones.

LUGAR: Centro Cultural Miguel de Cervantes. Calle Fenelón s/n – METRO Las Musas o Torre Arias. ([mapa](#))

HORARIO: 18:00 a 20:30



MATERIAL NECESARIO PARA LAS PRÁCTICAS

- Equipamiento de montaña.
- Comida y agua.
- Brújula con regla
- Altímetro
- Mapa impreso de la zona con itinerario a seguir que se proporcionará para cada práctica.
- Lápiz
- Goma de borrar
- Mapa topográfico La Pedriza 1:15000 o el del IGN 508-II de 1:25.000
- Plástico protector
- Gorra con visera

TRANSPORTE

En vehículo particular. El coordinador de la salida recogerá información sobre disponibilidad de vehículos y facilitará dicha información a los inscritos que quieran compartir los vehículos para que ellos mismos se pongan en contacto.

* Las normas de utilización de vehículos particulares son las establecidas en el apartado 6 de las "NORMAS DE PARTICIPACIÓN EN LAS ACTIVIDADES DEL GRUPO DE MONTAÑA PEGASO"

http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf

PRECIO

Federados: **5 €**

No federados: **10 €** (incluye seguro de dos días)

INSCRIPCIONES

- Preferentemente en la página web www.montanapegaso.com.
- Por teléfono: 616 966 594 (Fernando Serrano).
- Por correo electrónico: fserranosaz@yahoo.com

ANULACIONES

Con la finalidad de garantizar el compromiso, seriedad y responsabilidad por parte de los participantes a la hora de la reserva de las plazas, **la penalización por baja producida a menos de 72h del inicio de la actividad o por falta de asistencia injustificada de 2 ó más días del curso será de 30 €**

MÁS INFORMACIÓN

- Los mapas e instrucciones necesarios para las prácticas se enviarán por correo electrónico a los inscritos.

- Cualquier información de última hora se publicará en la página web del Club y se enviará por correo electrónico a los inscritos.

- Las plazas son limitadas. Los colaboradores, miembros de la Junta Directiva y, en general, aquellas personas que colaboran con el funcionamiento del club, tendrán preferencia a la hora de inscribirse durante la primera semana del apunte.