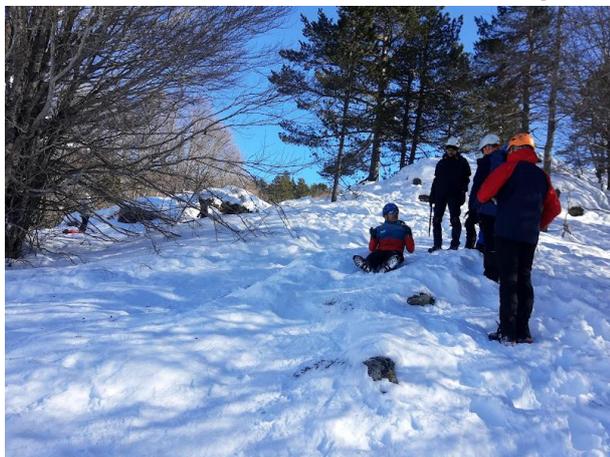


## MEMORIA DE ACTIVIDAD

### CURSO DE ALPINISMO BÁSICO (NIVEL I)

4 y 5 de Febrero



Hay veces que los inconvenientes se convierten en oportunidades, y eso es lo que nos pasó al plantear este curso. Tres semanas antes de su realización, las condiciones en la sierra de Madrid eran bastante malas, sin nada de nieve, así que decidimos cambiar de ubicación e irnos a Pirineos. Nos dijeron que no era algo habitual, hacer un curso de iniciación al Alpinismo en Pirineos, pero aun así decidimos seguir adelante.

La zona elegida fue el valle de Tena, con alojamiento en Villanúa y con las prácticas en Somport y en el Portalet. La primera noche quedamos con nuestro guía, Kili (no de Kiliam, sino de Aquilino...), y durante la cena nos presentamos y cada uno comentó su experiencia en este tipo de actividades...y aquí recibimos nuestras primeras lecciones por parte de Kili.

El curso, eminentemente práctico, lo realizamos en dos ubicaciones diferentes; el sábado nos fuimos a Somport, dónde aprendimos acerca del material necesario para nuestras prácticas, su correcto uso y funcionalidades, así como tipologías. Durante todo el día practicamos diferentes tipos de autodetenciones y progresión con crampones y piolets, y nos iniciamos en la práctica del comúnmente llamado "culo-esquí", preludio de lo que sería el día siguiente. Esa tarde Kili nos puso como deberes hallar la ruta más adecuada con el mapa y la brújula al punto dónde haríamos nuestras prácticas al día siguiente: el corredor del ejecutivo. Con las buenas sensaciones que nos había dejado nuestro día, nos fuimos a celebrarlo con unas cervezas cerca de nuestro albergue.

El domingo, y tras un "pequeño" atasco hasta la zona del Portalet, emprendimos rumbo hacia la base de nuestro corredor, y tras practicar de nuevo autodetenciones, esta vez con una sensación mucho más real por la pendiente y la exposición, nos dirigimos a nuestro corredor, el cual ascendimos de forma pausada pero segura, hasta llegar a la cima. Allí nos esperaba nuestro "premio", unas impresionantes vistas del Midi d'Ossau, que nos hicieron sentirnos como verdaderos alpinistas. Llegado el momento, comenzamos a descender, y al grito de Kili "vamos titanes!!!", no dudamos en imitarle cada vez que se sentaba en el suelo y comenzaba a deslizarse ladera abajo a toda velocidad. A pesar de que nuestra técnica no estaba tan depurada, disfrutamos como niños...si os hubieran visto vuestros hijos! jeje

Y tras el relato "objetivo" de lo que fue el curso, aquí va lo más importante, la versión de los alumnos, que seguramente dan un reflejo más fiel de lo que vivimos ese fin de semana...prometido que ninguno se ha llevado comisión!!!

*"Si tuviera que resumir lo que más me ha gustado del curso sería que venía pensando en hacer un curso de autodetenciones y nos hemos llevado un curso estupendo de progresión en terreno invernal. Vaya sorpresa!!!"*



**PEGASO**  
A.D. GRUPO MONTAÑA

*"Si tuviera que escoger una cosa de las que hemos aprendido sería a anticipar las condiciones de la nieve, a entender dónde y cuándo podemos esperar hielo u otros tipos de nieve. La primera medida de protección es aquello de si lo sé no me meto. Pues eso. Genial"*

*"Si tuviera que recordar algo bueno, sería el buen rollo del equipo Pegasus, un placer de finde. Como decía Kili, nuestro profe, somos... ¡¡¡titanes!!! Ni más ni menos"*

*"Si tuviera que elegir una técnica invernal sorprendente, altamente sofisticada, y con gran nivel gestual, sería bajar sentado de culo una pendiente fuerte con mucha nieve primavera; es mucho más rápido y seguro que bajar hundiendo la pierna y arriesgando un esguince de rodilla"*

*"Si tuviera que lamentar algo sería que, al agarrar el piolet con las dos manos en las autodetenciones, llevármelo al pecho, y darme la vuelta como si no hubiera un mañana, para clavar hasta la cruceta, me he rajado el cortavientos nuevo de GoreTex. Es el caro...¡Mierda!"*

*"Si tuviera que recordar una lección para la vida, alguien dijo que los crampones son como las parejas, te los pones y te los quitas cuando hace falta. Eso debe ser de Platón, como mínimo"*

*"Muy densa la información recibida, a pesar de que la actividad ha sido muy divertida de principio a fin, cada situación (los dos días han dado para generar muchas) tenía relevancia y enseñanza cara a crear un criterio propio para decidir sobre el uso del material objeto de la formación y en general sobre todo lo relativo al desplazamiento en los distintos estados de la nieve. La actividad de formación ha sobrepasado con creces mis expectativas."*

*"De la aventura me quedo con muchas cosas, principalmente con la agradable convivencia del grupo, la buena iniciativa por tu parte de salir de Madrid y experimentar en el Pirineo. Me encantó el canal elegido para las prácticas y la seguridad de la organización por tu parte y el guía, Kili, un profesional. Experimentar las bajadas tobogán un descubrimientoooo, los cotilleos y risas jejeje"*

Gracias a todos por vuestra buena energía, y gracias a Kili, por su buena predisposición y todas sus enseñanzas y consejos.

**Coordinadora: Teresa Arribas**

---