

NIVELL 1:

CURS DE SEGURETAT EN TERRENY D'ALLAUS 23 i 24 de FEBRER

- **Audiència:** Qualsevol persona que surti a la muntanya a l'hivern.
- **Objectius:**
 - Reconèixer i evitar el terreny allavós.
 - Saber preparar una sortida (BPA, meteorologia, etc.)
 - Entendre la relació entre l'estratificació i el perill d'allaus.
 - Aprendre les tècniques de reducció del risc.
 - Aprendre les tècniques bàsiques d'autorescat.
- **Continguts:**
 - Terreny allavós i trampes del terreny.
 - Traçat de rutes segures.
 - Estratificació de la neu.
 - Condicions actuals de la neu i efectes de la meteorologia (pronòstics).
 - Tècniques de preparació d'una sortida i de reducció del risc.
 - El factor humà en accidents per allaus.
 - Rescat bàsic (inclou ARVA, pala, sonda i organització).
- **Prerequisits:**
 - Formació prèvia: cap. Es recomana haver assistit a alguna xerrada o haver llegit alguna publicació.
 - Condicions físiques: cal ser capaç de moure's per la neu amb una certa celeritat (sortides d'entre 500 i 1000 m de desnivell).
 - Llicència federativa 2013.
- **Format:** 18 hores = Dss, 6 hP + 4hT; Dg, 6hP + 2hT
- **Material necessari:** roba adequada, esquís o raquetes per desplaçar-se, DVA, pala i sonda.
- **Obtenció de titulació:** Certificat ACNA de nivell 1.
- **Inscripció:** **150€** (Instructors, allotjament i mitja pensió inclòs).

INFORMACIÓ: TELF: 619.04.44.76 / REFUGIDELGERDAR@GMAIL.COM