

Escalada en Hielo



Atrévete con el hielo de 90º con este curso con el que aprenderás y conocerás las técnicas de hielo y mixto..

Lo Mejor:

- Guías de Montaña Titulados.
- Cascadas de hielo y rutas mixtas a tu alcance.
- Podrás emprender rutas de escalada en hielo de lo más completas.

Si estás mirando una cascada de hielo desde abajo y te llama su poderosa verticalidad este es tu curso. Las rutas de hielo de más de 70º y las rutas de mixto son difíciles y requieren de los conocimientos técnicos necesarios, tanto a nivel gestual como a nivel de seguridad en la misma.

Con ayuda de un Guía de Alta Montaña empezaremos con las técnicas necesarias para ahorrar energía en todos los movimientos y gestos de la ruta. Lo siguiente, aprender a asegurar las rutas, montaje de reuniones y uso de las cuerdas tanto gemelas como dobles.

Con este curso podrás emprender rutas de 90º de uno o varios largos, pudiendo incluso ampliar el curso en nuestras salidas de Gavarnie, Alpes y Noruega.

Programa detallado

Dependiendo de donde se realice el cursillo (Guadarrama, Gredos, Sierra Nevada o Pirineos) el punto de encuentro será distinto.

Durante el primer día trabajaremos la técnica gestual de piolet tracción y técnica de puntas delanteras, así como diferentes movimientos escalando de segundo en rutas de hielo verticales. Así mismo empezaremos a trabajar el emplazamiento de seguros en hielo.

El segundo día trabajaremos las reuniones en hielo y el uso de las cuerdas en la escalada en hielo.

Objetivos del curso

- Aprender a evaluar el hielo en el que vamos a emprender una ruta.
- Aprender los movimientos básicos de hielo vertical.
- Aprender el emplazamiento de seguros en hielo, reuniones y rapeles en hielo.
- Aprender el manejo y escalada con cuerda doble.

Contenidos

- Material técnico específico
- Técnica gestual de piolet-tracción.
- Técnicas avanzadas de cramponaje- técnica de todas las puntas.
- Tipos de hielo y su consistencia.
- Física de la escalada en hielo.
- Rapeles en hielo.
- Técnicas de escalada mixta.

Lugares

- Sierra de Guadarrama: Las condiciones del Sistema Central no son las más óptimas para emprender este curso, pero en determinados momentos hay condiciones suficientes para hacerlo..
- Sierra de Gredos: Uno de los mejores lugares de la Península para escalar en hielo. Alojados en el refugio Elola podremos emprender rutas de dificultad muy variada.
- Pirineos: En esta zona, Benasque, Boi e Izas son algunos de los mejores lugares para realizar este curso. No obstante hay múltiples lugares y las condiciones suelen ser excelentes.
- Sierra Nevada: Buenas condiciones en este lugar, sin duda espectacular.

Equipo personal

- Equipo individual de alpinismo: Crampones, 2 piolet técnicos, casco, arnés, cabo de anclaje, 3 mosquetones de seguridad, sistema de rapel y aseguramiento, 2 cordinos.
- Ropa de abrigo (camiseta térmica y forro polar)
- Ropa de montaña impermeable (chaqueta y pantalones)
- Botas semirígidas.
- Guantes, gorro (se recomienda llevar de repuesto)
- Mochila de 40l de capacidad.
- Gafas de sol y crema solar.
- Agua y comida.

Incluye

Guía de montaña titulado, Material técnico para la actividad Colectivo, Dossier del curso, Diploma Asistencial y Seguro de accidentes.

No incluye

Material Técnico Individual, Traslados ni comidas

Alojamiento



CURSOS TÉCNICOS

Posibilidad de alojamiento en albergue.

Grupo

El grupo está compuesto por un **mínimo de 2 participantes** y por un **máximo de 4**, lo que asegura el máximo aprovechamiento del curso.

El ratio siempre será de 1 guía /4 participantes.

Forma de pago

Una vez comprobado que hay plaza, para considerar la misma bloqueada hay que realizar un **deposito del 40 %**. El resto se debe **abonar 7 días antes de la salida**, una vez pasada esta fecha, la reserva se considera anulada.

Cuenta bancaria para transferencias: TRIODOSBANK IBAN ES78 1491 0001 202076960810 [¿Por qué utilizamos Banca Ética y Responsable?](#)

Condiciones de cancelación [Ver aquí](#)