



# INSCRIPCIÓN SALIDA PROMOCIONAL ALTA MONTAÑA

## 8 y 9 de julio de 2017, VIGNEMALE

Nombre y apellidos:

Si no estás federado con nosotros, en qué club lo estás:

Modalidad de licencia Federativa:

Fecha de expedición:

Enfermedades o alergias que padece:

Medicación, tratamientos o régimen alimentario especial:

Contacto en caso de EMERGENCIA, teléfono, nombre y apellidos:

### DATOS TÉCNICO-PRÁCTICOS:

Actividades de Alta Montaña que has realizado

Otras actividades o deportes de montaña que practicas habitualmente (escalada, barrancos, ferratas, esquí, etc.)

Práctica de escalada de montaña IIIº:    nada        poco        suficiente        mucha        experiencia

Práctica de rappel:        nada        poco        suficiente        mucha        experiencia

Practica en crestas:        nada        poco        suficiente        mucha        experiencia

Práctica con piolet y crampones:    nada        poco        suficiente        mucha        experiencia

Práctica en encordamiento para glaciares:    nada        poco        suficiente        mucha        experiencia

Cursos que hayas realizado relacionados con la montaña

Motivos y objetivos que tienes para realizar este curso

### EL SOLICITANTE DE LA INSCRIPCIÓN DECLARA:

- Que está informado y por tanto conoce y asume los riesgos que conlleva la actividad en la que se inscribe
- Que se compromete a cumplir en todo momento las indicaciones e instrucciones de las personas responsables de esa actividad, se abstendrá de tomar iniciativas sin el conocimiento de éstos.
- Que no padece enfermedad ni defecto físico o psíquico que le incapacite o dificulte en cualquier grado para la realización de las actividades a desarrollar. Así como de no presentarse bajo los efectos del alcohol, drogas u otras sustancias que puedan alterar su correcto comportamiento.
- Que dispone del correspondiente seguro de accidentes y responsabilidad civil con la cobertura adecuada para la actividad a realizar, lugar y fechas.
- Que conoce que esta actividad tiene por objeto la promoción deportiva, sin interés lucrativo y que estará dirigida por monitores benévolos no profesionales.
- Que aporta el material necesario para el desarrollo de la actividad y reúne las condiciones físicas y técnicas requeridas
- Que se compromete a respetar el medio ambiente y a transmitir actitudes responsables entre sus compañeros de actividad.
- Que acepto la publicación de material fotográfico y audiovisual obtenido durante el desarrollo de la actividad.

**fecha y firma**

De conformidad con la normativa de Protección de Datos Personales le informamos que Ud. nos autoriza a comunicar los datos que nos facilita para ser incluidos en unos ficheros automatizados cuya titularidad corresponde al Club de Montaña Pirineos con la finalidad de Inscribirse en la actividad cuyo impreso cumplimenta y de recibir información general sobre los servicios, promociones y actividades relacionadas con el Club. Le informamos también que podrá ejercer sus derechos de acceso, rectificación y supresión mediante una comunicación dirigida a Club de Montaña Pirineos, c/ San Lorenzo, nº 9, 3º 50001-Zaragoza.

**CLUB DE MONTAÑA PIRINEOS, SECCIÓN ALTA MONTAÑA****INFORMACIÓN PREVIA SOBRE RIESGOS****ACTIVIDAD: SALIDA PROMOCIONAL ALTA MONTAÑA VIGNEMALE****RESPONSABLE: J. ALBERTO MORALES, MONITOR ALTA MONTAÑA FAM-EAM**

Esta actividad estará dirigida por monitores benévolos no profesionales

**OBJETIVOS:** Promoción y práctica del alpinismo en un ambiente de seguridad, nuevos lugares para su práctica, orientación, progresión y seguridad en terrenos de alta montaña

**LUGAR:** Macizo Vignemale. glaciar d'Ossoue, cresta Cerbillona

**DURACIÓN:** del 8 y 9 de Julio de 2017. (dos jornadas completas)

**NIVEL DE DIFICULTAD:** Poco Difícil

PELIGROS	RIESGOS	TRATAMIENTO	ADICIONAL
Caídas a mismo nivel	traumatismos	- ritmo adecuado - itinerario correcto - calzado adecuado - atención permanente	- bastones de marcha
Caídas a distinto nivel	traumatismos	- ritmo adecuado - itinerario correcto - calzado adecuado - atención permanente - recursos técnicos	- bastones de marcha - recursos técnicos - aseguramiento/rápel - CASCO
Precipitación por pendiente	traumatismos	- ritmo adecuado - itinerario correcto - calzado adecuado - atención permanente - recursos técnicos	- bastones de marcha - piolet y crampones - recursos técnicos - aseguramiento/rápel - CASCO
Desprendimientos	traumatismos	- itinerario correcto - análisis continuo - atención permanente - distancia correcta	- CASCO - retirada
Condiciones meteorológicas	hipotermia congelaciones quemaduras golpe de calor deshidratación electrocución extravío	- previsión meteorológica - análisis continuo - itinerario correcto - equipación adecuada - nutrición adecuada - hidratación - protección solar	- grupo compacto - búsqueda refugio - contacto permanente - GPS - retirada
Oscuridad	extravío traumatismos	- ritmo adecuado - itinerario correcto - iluminación portátil	- grupo compacto - contacto permanente - búsqueda refugio - GPS
Estado de la ruta	extravío agotamiento	- itinerario correcto - ritmo adecuado - calzado adecuado	- grupo compacto - contacto permanente - raquetas de nieve - piolet y crampones - retirada
Otros seres vivos	mordeduras traumatismos toxicidad infección	- distancia adecuada - itinerario correcto	
Distancia y desnivel	agotamiento	- preparación física previa - ritmo adecuado - itinerario correcto - nutrición adecuada - hidratación	- análisis continuo - contacto permanente - retirada
Dificultad y exposición	agotamiento estrés mental	- preparación física previa - recursos técnicos	- análisis continuo - contacto permanente - recursos técnicos - aseguramiento/rápel - retirada

**NIVEL TÉCNICO REQUERIDO:**

- Técnica de rapel
- escalada grado IIIº
- hábito de marcha por terrenos pendientes nevados, escarpados y expuestos
- encordamiento para glaciares

**NIVEL FÍSICO REQUERIDO:** muy buena condición física

**EQUIPO MINIMO NECESARIO:** según ficha técnica adjunta