



Sección de Alta Montaña

CLUB DE MONTAÑA PIRINEOS
C/ San Lorenzo, 9, 3º, 50001 Zaragoza
Tel: 976 298 787 Fax: 976 390 430
www.clubpirineos.org



FEDERACIÓN
ARAGONESA
DE MONTAÑISMO



12 y 13 de abril 2014:

El sábado proponemos llegar a Saravillo por la tarde para cenar y pernoctar en el Albergue Borda Miguela con el objetivo al día siguiente

de madrugar mucho y comenzar la subida a **COTIELLA**.

Saldremos del pueblo por la pista que sube hacia el Ibón de Plan pero tomamos el desvío hacia el Collado de Santa Isabel. Encontramos una pequeña cabaña y la pista desaparece para tomar el camino que rebasa los escarpes del Gradiello. Pasaremos por la extensa Ereta de las Brujas donde ya veremos nuestro objetivo. Pendientes de nieve de 40° y llegamos al Pico Cotiella de 2.912m.

El descenso se hará por el mismo itinerario.

1.900 metros de desnivel (si la pista no está apta para coches) + bajada
Dificultad U.I.A.A.: Fácil. 40°

Condiciones desfavorables pueden hacer variar el itinerario o incluso suspender la actividad.

Requisitos de los participantes:

- federados en montaña del año en curso y modalidad B, C o D.
- haber superado un curso de iniciación al montañismo invernal o experiencia previa en ascensiones con condiciones invernales
- práctica en manejo de piolet y marcha con crampones por pendientes nevadas de hasta 45°.
- muy buena condición física.

material necesario:

- botas de alta montaña invernal
- mochila, polainas, guantes y gorra
- gafas de sol y crema solar
- ropa adecuada para alta montaña invernal
- comida y bebida de ataque
- CASCO y linterna frontal
- PIOLET y CRAMPONES con antizueco

12 Plazas

preferentes para socios federados en el club

plazo

de 1 al 8 de abril 2014

información

Félix Escobar 616 510 723

material recomendado:

- raquetas y bastones
- ARVA, sonda y pala
- mapa, brújula, altímetro
- botiquín
- teléfono móvil
- bota vino
- **ganas de pasarlo bien**

precio e inscripciones:

secretaría del club 976 298 787

martes y jueves de 19.30 a 21.30h

incluye:

- media pensión en Albergue Borda Miguela
- material común y acompañamiento monitores EAM-FAM

Reunión de participantes y monitores jueves 10 a las 20.30h en el club



INSCRIPCIÓN SALIDA PROMOCIONAL ALTA MONTAÑA 12 13 abril 2014. COTIELLA



DATOS PERSONALES:

Nombre y apellidos:

N.I.F:

Teléfono:

Fecha de Nacimiento.

Correo electrónico:

confidencial: ¿TIENES ALGUN CUIDADO MÉDICO QUE SEA IMPORTANTE CONOCER POR LA ORGANIZACIÓN? (Alergias, tratamientos, menú vegetariano, diabetes...)

contacto en caso de EMERGENCIA, teléfono nombre y apellidos

En qué Club estás federado/a:

Modalidad de licencia Federativa:

Fecha de expedición:

DATOS TÉCNICO-PRÁCTICOS:

Actividades de ALTA MONTAÑA con nieve que has realizado y fecha

¿tienes práctica en manejo de piolet y marcha con crampones por pendientes y travesías nevadas de hasta 45° ?

ninguna

poca

suficiente

notable

Cursos que hayas realizado relacionados con la montaña

¿Cómo consideras tu preparación física? mala aceptable buena muy buena

Motivos y objetivos que tienes para realizar esta actividad

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 y por tanto les exime de toda responsabilidad si no sigue las instrucciones e indicaciones técnicas de los mismos.
- Que reúne las debidas condiciones psicofísicas y técnicas para la realización de las actividades a desarrollar. Así como de disponer del correspondiente seguro de accidentes y atención sanitaria 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 benévolo no profesionales.
- Que aporta el material necesario para el desarrollo de la actividad y reúne las condiciones de seguridad requeridas
- Que se compromete a respetar el medio ambiente y a transmitir actitudes responsables entre sus compañeros de actividad.

Nombre y apellidos:

D.N.I.

fecha y firma (debe firmar el interesado)

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