



FICHA TÉCNICA:
SALIDA PROMOCIONAL
ENTRESEMAÑA A LA ALTA MONTAÑA
FORATURA

OBJETIVOS DE LA SALIDA PROMOCIONAL:

- promoción y práctica del alpinismo en un ambiente de seguridad
- identificación y gestión de riesgos en alta montaña
- orientación, progresión y seguridad en terrenos de Alta Montaña
- divulgación de nuevos lugares para su práctica

DIRIGIDO A:

- Socios interesados en los objetivos de la salida, mayores de edad, federados para Alta Montaña en la modalidad adecuada y que no tengan impedimentos físicos o psíquicos para su desarrollo.
- Con experiencia en terreno invernal de Alta Montaña: IIº escalada en montaña, manejo de piolet/crampones en pendientes hasta 45º, y en buena forma física. Conocimiento protocolo rescate en avalanchas con ARVA, pala y sonda.

CONTENIDOS BÁSICOS DE LA SALIDA PROMOCIONAL, FORATURA:

Respondiendo a una situación cada vez más habitual, la cual es que algunos socios del Club Pirineos trabajan en fin de semana y por tanto tienen días libres de lunes a viernes en los que es difícil encontrar compañía para salir, nos decidimos a lanzar esta nueva serie de actividades de Alta Montaña para 2026.

Foratura es una cima del área de Brazato/Tablato accesible desde el Balneario de Panticosa. De carácter bicéfalo nos permitirá elegir la ruta dependiendo del estado del medio, todavía en estas fechas de carácter invernal.

Disfruta del silencio, la nieve y la grandeza de la alta montaña entre semana.

Dificultad UIAA: PD, IIº
Desnivel 900md

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

FECHAS Y LUGAR PARA LA REALIZACIÓN DE LA SALIDA PROMOCIONAL:

28 abril 2026, Foratura.

PLAZAS LIMITADAS:

8 plazas de adjudicación online.

PLAZO INSCRIPCIÓN: hasta 23 de abril 2026

ORGANIZA:

Club de Montaña Pirineos de Zaragoza,
Sección Alta Montaña

PRECIO:

15€ socios, 20€ no socios.

Incluye: acompañamiento Monitores EAM-FAM y material común

INSCRIPCIONES:

Online: <https://www.clubpirineos.es/product-category/actividades/>

Tfno.: 976 29 87 87

www.clubpirineos.es

MATERIAL PERSONAL NECESARIO

- Mochila de alpinismo para una jornada
- Piolet y crampones ajustados a tus botas, con antizueco
- Frontal y pilas de repuesto
- Gafas de sol y protección solar/labial
- Comida de ataque para una jornada
- Ropa personal de alta montaña (incluido plumífero + goretex)
- guantes impermeables y repuestos
- CASCO
- Botas de Alta Montaña, rígidas o semirígidas. Polainas.
- Manta térmica de emergencia
- Raquetas de nieve y bastones con roseta
- **ARVA, pala y sonda**

MATERIAL ACONSEJADO

- Botiquín personal
- Mapa, GPS, brújula y altímetro
- Teléfono móvil y silbato
- Ganas de aprender y pasarlo bien
- Talento, respeto y responsabilidad colectiva

PRESENTACIÓN, INFORMACIÓN AL GRUPO, PREGUNTAS Y RESPUESTAS A PARTIR DEL JUEVES 23 DE ABRIL A TRAVÉS DE GRUPO MENSAJERÍA MÓVIL

Información Técnica: Félix Escobar, Monitor Alta Montaña Responsable de la Salida Promocional: 616510723

**CLUB DE MONTAÑA PIRINEOS, SECCIÓN ALTA MONTAÑA INFORMACIÓN PREVIA SOBRE RIESGOS****ACTIVIDAD: SALIDA PROMOCIONAL ALTA MONTAÑA FORATURA****RESPONSABLE: FÉLIX ESCOBAR GALLEGO, MONITOR ALTA MONTAÑA FAM-EAM**Esta actividad estará dirigida por monitores benévolos no profesionales**OBJETIVOS:** practicar las técnicas de progresión y seguridad empleados en la práctica de la Alta Montaña, promoción y práctica del alpinismo en un ambiente de seguridad, identificación y gestión de riesgos en alta montaña, orientación, progresión y seguridad en terrenos de Alta Montaña, divulgación de nuevos lugares para su práctica.**LUGAR:** Macizo de Tablato, Foratura.**DURACIÓN:** una jornada completa 28 abril 2026.**NIVEL DE DIFICULTAD TÉCNICA: PD 45º IIº, DESNIVEL: 900m DISTANCIA: 10 KMS.**

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 - CASCO - recursos técnicos
Precipitación por caída	traumatismos	- ritmo adecuado - itinerario correcto - calzado adecuado - atención permanente - recursos técnicos	- CASCO - piolet y crampones - recursos técnicos
Desprendimientos	traumatismos	- itinerario correcto - análisis continuo - atención permanente - distancia correcta	- CASCO - retirada - avisar compañeros
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 - material VIVAC
Aludes de nieve	traumatismos hipotermia asfixia	- previsión riesgo de aludes - análisis continuo - itinerario correcto - distancia correcta	- ARVA, pala y sonda - CASCO - 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 - aseguramiento - retirada
Otros seres vivos	mordeduras traumatismos toxicidad infección	- distancia adecuada - itinerario correcto	- aviso inmediato - inmovilización
Distancia y desnivel	agotamiento calambres	- 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 - retirada

NIVEL TÉCNICO REQUERIDO:

- Marcha en terrenos escarpados de Alta Montaña, pendientes de hasta 45º
- Escalada en montaña grado IIº,
- Manejo y progresión segura con crampones y piolet, encordamiento glaciar.
- Conocimiento protocolo rescate en avalanchas con ARVA, pala y sonda.

NIVEL FÍSICO REQUERIDO: buena condición física**EQUIPO MINIMO NECESARIO:** según ficha técnica adjunta

INSCRIPCIÓN SALIDA PROMOCIONAL ALTA MONTAÑA
FORATURA 28 ABRIL 2026



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 Invernal que hayas realizado y fecha:

Otras actividades de montaña que practicas habitualmente:

Experiencia en escalada de montaña IIº: poco suficiente dominio

Experiencia en terreno invernal: poco suficiente dominio

Experiencia en nivología/rescate en avalanchas: poco suficiente dominio

Experiencia en manejo y progresión segura con piolet y crampones: poco suficiente dominio

Cursos que hayas realizado relacionados con la montaña:

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 y se abstendrá de tomar iniciativas sin el conocimiento de éstos.
- Que no padece enfermedad ni alteración física o psíquica 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 formación y promoción deportiva, sin interés lucrativo para el Club de Montaña Pirineos, y en la que colaboran 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
- Que acepto la inclusión en un grupo de mensajería móvil al sólo efecto de recibir información sobre esta actividad SÍ NO

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