

# CURSO DE ALPINISMO

ENAM 2010

FECHAS: 20/21/27/28 de Febrero

LUGAR DE DESARROLLO:

- Pirineo Aragonés

PRECIO DE INSCRIPCIÓN: 240 €

**INCLUYE:**

- 1 noche de alojamiento en media pensión en refugio o albergue de montaña guardado.
- Instructor/a
- Manual de alpinismo invernal.
- Utilización de material de la ENAM

NÚMERO DE CUENTA INGRESO: 3035 0039 31 0390022989

PLAZO DE INSCRIPCIÓN:

8/9/10 de Febrero de 19.30 a 21.30 horas

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Federación Navarra de Deportes de Montaña y Escalada  
C/ Paulino Caballero, 13 Tfno. 948 224 683

REQUISITOS PARA PARTICIPAR

1. Obligatorio estar federado en montaña
  - Mínimo 4 personas – Plazas limitadas.

MATERIAL NECESARIO:

- Crampones
- Casco
- Piolet
- Arnés, ocho y mosquetón
- Cantimplora y comida de día
- ARVA (podemos prestarlo)
- Cremas protectoras solares
- Ropa de recambio y saco de dormir

CONTENIDO:

- Progresión con piolet y crampones.
- Autodetención.
- Seguros en nieve, aseguramiento dinámico.
- Rapel.
- Reuniones
- Charla sobre Avalanchas.

REUNIÓN PREVIA (a confirmar)

El jueves anterior al inicio del curso, a las 19.30h en la Casa del Deporte, C/paulino Caballero. Presentación del curso, resolución de dudas y charla sobre avalanchas.



# E.N.A.M

ESCUELA NAVARRA DE ALTA MONTAÑA  
NAFAR GOI MENDI ESKOLA