



**PRESENTACIÓ:** Aquesta jornada tècnica està dirigida a tots aquells muntanyencs / esquiadors que es mouen en terreny hivernal nevat. Practicants de l'esquí de muntanya, snow, raquetes, Alpinisme... Pretén divulgar el món de la neu i de les allaus, identificar els perills que comporta i minimitzar-los en la mesura del possible. També aprendrem a desenvolupar-nos a la muntanya hivernal amb la màxima seguretat que ens sigui possible. Traçant o escollint l'itinerari més segur en cada cas. Es tractarà fonamentalment l'autorescat, o sigui, la recerca de la víctima amb els propis mitjans del grup que participa en la sortida. Es farà un simulacre el més real possible amb l'enterrament a la neu d'una persona i la seva posterior localització.

**NIVELL ESPORTIU MÍNIM:** Al tractar-se d'un curs monogràfic hi haurà una teòrica i una sortida pràctica. Tot i no ser una jornada molt exigent físicament, si que es demana que estigueu preparats per estar tot un dia sobre la neu. I que pugueu fer uns 500 metres de desnivell de forma autònoma a la muntanya.

#### **MATERIAL PER CURSETISTA**

- Roba d'abric hivernal.
- DVA, pala i sonda.
- Casc.

#### **NORMES DEL CURS**

- Places, mínim 10 cursetistes i màxim 20.
- Caldrà tenir la llicència esportiva de la FEEC any 2018, tipus C/D/E, o tramitar una assegurança temporal pels dies del curs (7€ x dia).
- Edat mínima 16 anys complerts. Els menors de 18 anys hauran de presentar l'autorització signada pels pares o tutors.
- La direcció del curs es reserva el dret de modificar el programa, si les condicions meteorològiques ho aconsellen.
- Els viatges aniran a compte de l'alumne.

#### **RÀTIO INSTRUCTOR / ALUMNE**

La relació és d'un instructor per cada 6 alumnes.

#### **DRETS D'INSCRIPCIÓ**

Preu de 61.50€, el preu inclou la Jornada tècnica (25€) i pernociació amb mitja pensió al el Xalet-Refugi UEC a la Molina (36.50€)

#### **INSCRIPCIONS**

Inscriure's enviant un mail a [ceo@ceolot.cat](mailto:ceo@ceolot.cat) o personalment al local del CEO. Les places s'adjudicaran per rigorós ordre d'inscripció/pagament.

## **PROGRAMA:**

### **Divendres 14 de Desembre**

19.00h Benvinguda: ens trobem al Refugi - el Xalet (la Molina), el trajecte es farà en cotxes particulars, en cas de que algun participant tingui problemes per arribar-hi que es fiqui en contacte amb la organització.

19.30 Presentació del curs i jornada teòrica

21.00 Sopar

22.30 Continuació de la jornada teòrica

- La neu, diferents tipus, com reconèixer-la.
- Allaus, com es desencadenen, tipus i conseqüències
- Elecció de l'itinerari més segur
- Interpretació d'informacions BPA, ATES i Evaluator.
- Material de recerca; DVA, pala i sonda
- L'autorescat.
- Recerca amb DVA
- Sondatge
- Paleig estratègic
- Primers auxilis

### **Dissabte 15 de Desembre**

Jornada pràctica - lloc a determinar en funció de la neu.

- Protocol del DVA
- Reconeixement de l'entorn, evidències
- Progressió amb seguretat
- Recerca primària, secundària i terciària
- Autorescat, supòsit allau en grup reduït
- Recerca simple i multivíctima
- Sondatge
- Paleig estratègic
- Simulacre de rescat

**DIRECTOR DEL CURS:** Antoni Massagué

**COORDINADORA:** Clara Rifà

\*Pot haver-hi modificacions sobre el programa depenent de les condicions de la neu, de la climatologia i de la disponibilitat dels conferenciantes.

## **CONTACTE**

**On som:** Passeig d'en Blay, 5 17800 Olot (Girona)

**Telèfon:** 972260675 **Correu electrònic:** ceo@ceolot.cat

**Horari:** De dilluns a divendres de 6 a 9 del vespre

