



INTRODUCCION AL ALPINISMO

Durante un fin de semana aprenderás las primeras nociones para desenvolverte en el mundo del alpinismo y de la escalada. El primer día se practicará sobre piedra, el segundo sobre hielo.

- Programa:**
- 1 día:** El guía de montaña nos enseñara los elementos básicos del alpinismo: marcha sobre terrenos inclinados, aprendizaje de nudos, escalada en barrancos con sujección de cuerdas, a continuación, ejercicio práctico; ascenso y descenso con cuerda.
 - 2 día:** Aprenderemos a marchar sobre el hielo con camprones, el uso del pico, cordadas sobre el glaciar, cruzar grietas y por último un poco de glaciología.

En caso del mal tiempo, el curso se llevará a cabo en el pabellon de escalada. No es necesario ningún tipo de experiencia previa

Equipamiento: Ropa de abrigo adecuada para el tiempo, gorro, botas de montaña, guantes, gafas de sol, mochila. El material técnico será facilitado por la organización

Participantes: máximo 7 personas por guía, mínimo 4 personas
Fechas: todos los fines de semana desde mayo hasta octubre
Precio/persona: **350 €** por persona
Alojamiento: alojamiento sencillo en Grindelwald
Incluye: guía de montaña diplomado como monitor, alojamiento en media pensión, material técnico.