

Escola Reconeguda per:



**Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**
(Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada)

**UNIÓ EXCURSIONISTA DE CATALUNYA
DE SANTS**

C. Jocs Florals, 51-53
08014 Barcelona
Telèfon 93 332 54 94

same@uecsants.cat
www.uecsants.cat

ESCOLA DE MUNTANYA SAME UEC DE SANTS

INTRODUCCIÓ A LA MUNTANYA HIVERNAL NIVOLOGIA I ALLAUS



14 i 15 FEBRER del 2026



Monogràfic introducció a la muntanya hivernal: nivologia i allaus

Presentació:

Des del S.A.M.E. ens agradaria fer que la gent que vol aprendre a moure's amb seguretat en terreny innivat, pugui anar-hi sense por. Per això, us oferim la nostra experiència i coneixements.

Objectius del curs i continguts:

L'objectiu d'aquest monogràfic és oferir els coneixements bàsics per moure's de forma segura amb raquetes de neu i saber identificar els perills de la muntanya hivernal.

Conèixer i habitar-se a les tècniques bàsiques de progressió i seguretat. Continguts:

- Coneixements bàsics sobre material de progressió: les raquetes de neu.
- Coneixements bàsics de nivologia i ús de l'equip de rescat (ARVA, pala i sonda).
- Coneixements del medi on es desenvolupa l'activitat.
- Orientació i traçat segur.

Material personal:

El material obligatori que hauran de portar els alumnes és el següent:

- DVA (dispositiu de víctimes d'allaus), pala i sonda
- Raquetes de neu
- Motxilla (mínim 25 litres)
- Roba adequada per la pràctica d'activitats a l'exterior amb neu i temperatures baixes (guants, ulleres de sol, crema solar, jaqueta tipus paravent, pantalons de muntanya, folre polar, roba interior tèrmica, paraneus...).
- Menjar diari

En cas de faltar alguna cosa del material tècnic, es podrà llogar, ja sigui en la pròpia entitat o en botiga. Es podrà consultar el material que falti amb el guia abans de la xerrada.

Per poder aprofitar aquest monogràfic els alumnes hauran de tenir un mínim de forma física i portar el material adequat. En cas de no tenir-ho es podrà excloure als alumnes del monogràfic.

Normes del curs:

- Un guia per 4-8 alumnes. Places limitades (mínim 4).
- Caldrà tenir la llicència esportiva de la FEEC adient de l'any 2026. En cas de no tenir-la la UEC tramitarà una de temporal (cost a part).
- L'Escola, es reserva el dret d'excloure del monogràfic a qualsevol alumne que demostrï desinterès, manca de capacitat o incompleixi les normes.
- L'Escola es reserva el dret de modificar el programa, si les condicions climatològiques o altres circumstàncies ho aconsellen.
- Els viatges, allotjaments i àpats aniran per compte de les persones participants.
- Edat mínima dels participants 18 anys.

Programa:

Dijous, dia **5 Febrer**: Presentació i sessió teòrica

La xerrada es farà a l'aula de l'UEC o en format telemàtic a les 19 hores.

Dissabte, dia **14 Febrer**: Sortida, lloc a determinar.

Diumenge, dia **15 Febrer**: Sortida, lloc a determinar.

Pendent de concretar lloc de quedada, horari de sortida i els desplaçaments.

Drets d'inscripció:

- Soci UEC 80 €
- Altres entitats 95 €
- Llicència temporal en cas de no tenir assegurança: 10 €

Cal omplir i lliurar el full d'inscripció, la fotocopia de la llicència FEEC i del DNI i fer efectiu el dret d'inscripció.

Inscripcions: Fins el dimarts 3 de febrer de 2026.

- **Inclou:** Formació teòrica d'un guia de mitja muntanya, acompanyament en les sortides pràctiques i material col·lectiu i didàctic.
- **No inclou:** Els àpats, els desplaçaments, les pernoctacions, la llicència FEEC i el material obligatori.

Organització del curs:

ESCOLA DE MUNTANYA SAME UEC DE SANTS

Andreu Lloret Guia de Mitja Muntanya