

Escola Reconeguda per:



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

RAQUETES DE NEU A LA VALL D'ARAN I EL PALLARS



14 i 15 MARÇ 2026



Sortida formativa de Raquetes de neu a la Vall d'Aran i el Pallars

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 de la sortida formativa i continguts:

L'objectiu d'aquesta sortida 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 s'haurà de portar a la sortida 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 amb el guia el material que falti abans de la sortida.

Per poder aprofitar aquesta sortida formativa els participants hauran de tenir un mínim de forma física i portar el material adequat.

En cas de no tenir-ho es podrà excloure als participants de la sortida.

Normes de la sortida:

- Un guia de mitja muntanya per 4-10 participants. Places limitades (mínim 4).
- Caldrà tenir la llicència esportiva de la FEEC adient de l'any 2026. En cas de no tenir-la l'UEC tramitarà una de temporal (cost a part).
- L'Entitat, es reserva el dret d'excloure de la sortida a qualsevol participant que demostrï desinterès, manca de capacitat o incompleixi les normes.

- El Guia 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:

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

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

- Pendent de concretar horari de sortida i els desplaçaments.
- Abans de la sortida es convocarà una xerrada telemàtica per parlar dels detalls i els material necessari i resoldre dubtes si cal. Es farà una tarda sobre les 19 hores.

Drets d'inscripció:

- Soci UEC 60 €
- Altres entitats 75 €
- 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 dilluns 9 de març de 2026.

- **Inclou:** Formació teòrica d'un guia de mitja muntanya, acompanyament en la sortida pràctica i el material col·lectiu i didàctic.

- **No inclou:** Els àpats, els desplaçaments, les pernoctacions, la llicència FEEC i el material obligatori.

Organització de la sortida formativa:

ESCOLA DE MUNTANYA SAME UEC DE SANTS

Andreu Lloret Guia de Mitja Muntanya