

UNIVERSAR10. *Un año para celebrar una década juntos*

CURSO

SENDERISMO DE MONTAÑA

27,28 y 29 de marzo
Sede Universitaria de Villena

Profesorado: **Francisco Beltrán Ortín**
Joaquín López Carpena

Reconocimiento de 20 horas por el ICE
2 Créditos (sólo válidos para titulaciones a extinguir)
Matrícula: 45 euros

INFORMACIÓN Y MATRICULA

Sede Universitaria de Villena (C/ La Tercia nº 12)
Tel.: 966150848 e-mail: sede.villena@ua.es

web.ua.es/es/seus/villena

OBJETIVOS

- Dar a conocer las normas básicas que deben cumplir los itinerarios de senderismo así como la señalización de los mismos.
- Introducir al que se inicia en la interpretación de mapas, topo guías así como al manejo de una brújula.
- Adquirir conocimientos básicos sobre seguridad, así como las técnicas básicas de progresión en diferentes tipos de terrenos.
- Conocimientos sobre el material que debe usar el senderista.
- Algunas pautas sobre la alimentación para las salidas senderistas.

DESTINATARIOS

- Cualquier persona interesada

PROGRAMA

Viernes 27 de marzo
Teórica

De 16h a 21h

Inauguración del Curso
Introducción al senderismo, normativa y catalogación
Alimentación en Montaña
Técnicas de progresión
Material y equipo
Orientación por medios naturales
Introducción a la cartografía
Elección de itinerarios
Interpretación de Folletos y cartografía
Seguridad en el medio natural
Compatibilidad de senderismo con el entorno natural
Manejo de brújula

Sábado 28 de marzo
Teórico-Práctica

Mañana (Práctica) de 8h a 14h

Picachos de Cabreras (Sax), interpretación y seguimiento de un sendero PR., práctica de las diferentes técnicas de progresión e interpretación de un mapa cartográfico.

Tarde (Práctica) de 15.30 a 20h

Manejo de la brújula
Salida Peña Rubia, manejo de brújula y lectura de mapa cartográfico, prácticas de mapa, brújula, mapa y brújula

Domingo 29 de marzo
Práctica global

Mañana (Práctica) de 8h a 14h

Sierra Mariola, interpretación y seguimiento de una ruta preparada con diferentes tipos de progresión en montaña, trepada, caos de piedras, pedreras.