Ver este correo en su navegador

FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO

Boletín de noticias

Contenidos enlazados a nuestra web

JAVIER LAMPÉREZ Y SANDRA CUELLO SE ALZÁN CON EL CAMPEONATO DE ARAGÓN DE ULTRA TRAIL

Javier Lampérez Abad, del Club Pirilla Guara, y **Sandra Cuello Capistros**, del Club Deportivo Matarraña Team se han proclamado vencedores del **Campeonato de Aragón de Ultra Trail** con su primer puesto en la Ultra de Tendeñera, la prueba reina entre las cinco carreras que la 25 edición de la Ultra Trail Torla Ordesa ha ofrecido este fin de semana. Dentro de un intenso fin de semana de competición, la prueba valedera para el Campeonato de Aragón ha ofrecido un gran espectáculo, con su recorrido de 50 km y 4.100 m de desnivel por el entorno del Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido. Un exigente trazado alpino, con puntos como el vertical ascenso a la cima del Litro y los pasos por el collado Tendeñera y el pico Bernatuara, que este año han sido más duros por las altas temperaturas. Leer más

LOS SELECCIONADOS/AS PARA LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA EN EDAD ESCOLAR DE ESCALADA COMIENZAN SU AVENTURA

Ayer, día 3 de Julio, los jóvenes seleccionados para participar en el CESA de **escalada deportiva**, pusieron rumbo a Cáceres, la sede de este año. Les esperan 3 días por delante de competición y de diversas actividades. Desde la FAM, les deseamos todo lo mejor, y estamos seguros/as que disfrutaran de esta experiencia! Leer más.

EL CALOR EN MONTAÑA. ALGUNOS CONSEJOS PARA GESTIONARLO

- Consultar los avisos de AEMET por altas temperaturas, https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/avisos?l=ic2&v=1.
- Madrugar mucho. Salir incluso antes en cuanto amanezca y terminar la excursión antes de las horas de más calor.
- Optar por rutas que vayan por bosque y/o con un río cerca: sombra y agua ayudan a refrescar el ambiente.
- Llevar más agua de la habitual- mínimo 2 litros por persona- y beber antes de tener sed.
- Protegerse del sol con crema de alta protección, gorra, gafas, ropa fresca. Leer más.

CONVOCATORIA DEPORTISTAS PARA LA COPA EUROPEA DE ESCALADA JUVENIL

Los deportistas de la Selección Aragonesa de Escalada Santiago Oronich, Chabier Velilla y Lizer Arnamz han sido convocados con la @fedme_es para competir en la **Copa de Europa Juvenil de Dificultad** 2025.

📍Bologna (Italia) – 19-20 de julio

📍Imst (Austria) – 13 de septiembre

¿La escalada aragonesa pisa fuerte en Europa?

#Boreal #trangoblablabla

#EscaladaJuvenil #SeleccionAragonesa #FEDME #CopaEuropa #Sub19. Leer más.

ZONAS CON REGULACIÓN TEMPORAL PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Actualización de las **zonas de escalada**:

- Se ha abierto la de Foradada del Toscar, al haber informado el APN de que da por finalizada la reproducción.
- Se puede descargar el documento en el siguiente enlace. Leer más.

XV MARCHA NOCTURNA RUTA DEL DIABLO

Dentro del calendario del Coopa, la **Comarca de las Cinco Villas**, organiza la XV RUTA DEL DIABLO 2025, el **12 de julio** con salida desde Malpica.

Inscripciones: Por Internet, sin moverse de su casa, a través de este ENLACE

Presencialmente, en el Ayuntamiento de Biota o Layana en el horario establecido (consultar).

Fecha **limite**: **10 de julio** de 2025. Leer más.

CASI LA MITAD DE LOS RESCATES EN ARAGÓN SON A SENDERISTAS

Aproximadamente el **45 %** de los **rescates en montaña en Aragón** son motivados por practicantes de **senderismo**, actividad que, en principio, se considera sencilla y de bajo riesgo. Hay dos circunstancias a tener en cuenta para explicar estas cifras. La primera, que el número de practicantes de senderismo es muy elevado en relación a otras actividades de mayor riesgo (barranquismo, escalada, montañismo...); la segunda, que es la que nos motiva hoy, que muchas personas confunden practicar senderismo en el medio natural con "dar un paseo", confusión o inconsciencia que puede tener consecuencias desagradables... Leer más.

Realiza:

FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO

Patrocina:

1982 – 2022 Aniversario del Estatuto de Autonomía de Aragón

GOBIERNO DE ARAGON

Federación Aragonesa de Montañismo
C/. Albareda 7, 4º 4ª - 50004 - Zaragoza - ESPAÑA
Teléfono: 976227911 Fax: 976212439 fam@fam.es

¿Quieres seguir recibiendo estos emails o darte de baja?
Actualiza sus preferencias · Darse de baja de esta lista

Copyright © 2020 FAM, Todos los derechos reservados