

## ESCUELA ARAGONESA DE ESQUÍ DE MONTAÑA

### IXARSO SKIMO 2020/21



La FAM tiene por objeto la promoción y desarrollo de los deportes de montaña en Aragón, en las modalidades y especialidades recogidos en sus estatutos, siendo el esquí de montaña una de esas especialidades. Por esta razón, desde 2017 la escuela de esquí de montaña **IXARSO SKIMO** de la FAM acerca esta práctica deportiva a las personas más jóvenes del montañismo aragonés.

Para la práctica del esquí de montaña se precisa un gran repertorio técnico, y aquí cobra gran importancia el proceso de aprendizaje en edades tempranas. Siendo conscientes de las dificultades que pueden presentarse para acceder a este deporte, queremos acercar esta especialidad a los más jóvenes y poder adelantar el proceso de aprendizaje técnico.

La IXARSO SKIMO en esta temporada 2020/21, abre nuevamente sus puertas a jóvenes que quieran conocer esta especialidad del montañismo, con los siguientes objetivos:

- Formar a deportistas susceptibles de incorporarse a los programas de tecnificación superiores, con los recursos necesarios para realizar las actividades de iniciación de esquí de montaña.
- Elevar su nivel técnico, para que sean autónomos en la práctica deportiva.
- Elevar su conocimiento del medio invernal, para prever situaciones de peligro y gestionar la actividad correctamente.
- Orientar a los deportistas en la participación de pruebas populares, y que los deportistas integrantes de la escuela sean capaces de participar en pruebas competitivas tras su paso por la escuela.
- Disfrutar con la compañía de otros alumnos/as de la actividad del esquí de montaña, descubriendo nuevos espacios que ofrece la geografía invernal aragonesa.

### **Requisitos generales de inscripción**

Para poder participar en las actividades de la escuela, deberán cumplirse estos requisitos:

1. Pertenecer a un club adherido a la FAM,
2. Estar federado en la FAM en la modalidad B o superior en la fecha de la actividad, y tener el suplemento de esquí en 2021
3. Fecha de nacimiento: entre 2005 y 2008 (tener entre 12 y 15 años el 31 de diciembre de 2020)
4. Complimentar y presentar la autorización adjunta
5. Nivel de esquí de pista: viraje fundamental pistas rojas

## **Personal Técnico**

Las actividades estarán dirigidas por Fernando Navarro, Técnico Deportivo Superior en Esquí de Montaña y responsable técnico del equipo de esquí de montaña de la Guardia Civil, además de tener un excepcional curriculum deportivo en actividades relacionadas con el esquí de montaña.

Además estará acompañado por Rubén de Dios (Monitor FAM de esquí de montaña) en la colaboración, diseño y desarrollo de la programación de las actividades en los encuentros que se realicen.

## **Actividad**

Las actividades de la escuela IXARSO-SKIMO son de una jornada de duración, teniendo una periodicidad mensual, todo ello en función de la climatología y condiciones del terreno. El comienzo de las actividades será en noviembre. El resto de calendario provisional se dará a conocer dentro de esta primera actividad. Se prevén a lo largo de la temporada 2 actividades de perfeccionamiento en pistas de esquí.

## **Inscripciones**

- Para pertenecer a la escuela, remitir a [fam@fam.es](mailto:fam@fam.es) la hoja de inscripción y la autorización, hasta el 4 de noviembre
- La matrícula es gratuita.
- No hay un número mínimo ni máximo de inscritos
- Los gastos derivados de las actividades (transporte, compra/alquiler de material, u otros) son a cuenta de cada deportista participante.
- Los técnicos, finalmente, se pondrán en contacto con los deportistas participantes, a quienes convocarán y comunicarán lugar y hora de los encuentros.

### **Material mínimo necesario**

Para la correcta puesta en práctica de las diferentes actividades planificadas, cada deportista deberá aportar el siguiente material mínimo:

- Equipo completo de esquí de montaña (tablas, focas, fijaciones, botas, bastones y cuchillas)
- Ropa adecuada para actividad deportiva en entorno invernal
- Casco homologado montañismo, ARVA, pala y sonda
- Manta térmica y silbato
- Crema de sol y cacao
- Gafas de sol
- Gorro y guantes
- Mochila

El material final necesario para cada actividad será comunicado previamente a los participantes seleccionados.