

## **ENCUENTRO FAM DE INICIACIÓN AL MONTAÑISMO INVERNAL**

Desde los comités de alta montaña y Deporte en edad escolar e iniciación de la Federación Aragonesa de Montañismo se ha PROGRAMADO una actividad de iniciación a la montaña INVERNAL, destinada a jóvenes que deseen conocer los fundamentos básicos para moverse por la montaña con seguridad, así como los principios básicos para organizar una salida de montaña en condiciones invernales; además de disfrutar de unas jornadas de convivencia y actividad en el medio natural. La actividad se llevará a cabo por instructores y monitores cualificados de la FAM.

### **Duración**

La actividad se ha programado para las jornadas del **sábado 28 de marzo de 2026 al domingo 29 de marzo de 2026**. La recepción de los y las participantes para asistir al campus se realizará el **sábado 28 a las 09:00** en el refugio Casa de Piedra ubicado en el Balneario de Panticosa.

La recogida de los chicos por parte de sus padres se realizará el **domingo 29, por la tarde a partir de las 17:30 horas** en el mismo refugio de Casa de Piedra.

El traslado hasta el refugio de Casa de Piedra para el encuentro, así como la recogida de los participantes en el mismo lugar, se realizará de forma particular, respetando los horarios marcados por la organización.

### **Edad**

La actividad se ha diseñado para jóvenes de edades entre los **13 y los 17 años** (cumplidos en la fecha de realización de la actividad), por las características invernales de la actividad, además se requiere una cierta forma física y resistencia adecuada ya que la progresión por terrenos nevados requiere de una mayor exigencia física que el senderismo estival. La actividad se ha diseñado para 10 participantes, si bien se establece un aforo mínimo de 6 chicos/as para que la actividad salga adelante.

### **Actividad**

La actividad se iniciará el sábado por la mañana con la recepción de los participantes en el REFUGIO CASA DE PIEDRA realizándose las presentaciones y comprobando que cada asistente lleva todo el material mínimo exigido para el desarrollo de la actividad.

Posteriormente se impartirá una charla de cómo preparar una actividad invernal y que material se debe preparar para este tipo de actividades, además de los condicionantes que deberemos tener en cuenta en las actividades invernales. Tras la charla se realizará una salida por la zona, en la que iremos conociendo los distintos tipos de elementos que tenemos para desplazarnos por terrenos invernales y conociendo las peculiaridades de este tipo de actividades. Por la tarde y antes de cenar se realizarán juegos y actividades relacionadas con el mundo de la montaña.

El Domingo, por la mañana se realizará una excursión por la zona, durante la cual se realizarán prácticas con Piolet y crampones y manejo de DVA, pala y sonda.

Después de comer realizaremos una proyección de montaña, dando posteriormente por finalizado el encuentro.

### **Precio**

**El precio Subvencionado para federados aragoneses (FAM) es de 50 €, Resto federados en montaña 75 €. Obligatorio modalidad B**

El precio de la actividad incluye la cena y alojamiento del sábado y el desayuno y comida del domingo

**IMPORTANTE, NO ESTA INCLUIDA la comida del sábado, deben traer su propio picnic para la comida del sábado.**

Los menores que no estén federados deberán de sacarse la licencia federativa en su modalidad B, para poder asistir a la actividad (importe no incluido en el precio de la actividad). La licencia deberá tramitarse a través de alguno de los clubes de la Federación (información en [www.fam.es](http://www.fam.es)).

## Inscripciones

La inscripción se formalizará a través del formulario que podréis encontrar en el siguiente enlace:

[https://docs.google.com/forms/d/1YSG6n4002bex0JhCw56effT7f1\\_22et0bQlegDyO3Z0/edit](https://docs.google.com/forms/d/1YSG6n4002bex0JhCw56effT7f1_22et0bQlegDyO3Z0/edit)

**Para poder formalizar la inscripción, será necesario enviar los anexos a: [dtortecnico@fam.es](mailto:dtortecnico@fam.es)** y subir en el mismo formulario el justificante de pago o enviarlo por correo al mismo email facilitado junto con el resguardo del ingreso, la hoja de inscripción, la autorización paterna y materna firmada, y fotocopia de la tarjeta federativa.

**Al haber un máximo de 10 plazas, en caso de superar el aforo, se hará por orden de inscripción en el formulario.**

En caso de suspenderse la actividad la FAM devolverá el importe abonado.

**El plazo de inscripción finaliza el 23 de marzo**

## Material obligatorio para asistir.

**Mochila** con capacidad suficiente para transportar sus pertenencias en el interior (*capacidad mínima 35 litros*).

**Saco de dormir.**

**Bota de montaña caña alta Y TRATAMIENTO IMPERMEABLE.** (*No se permite asistir con deportivas o bota deportiva*)

Cantimplora (*mínimo 1 litro*).

Gorra y gafas de sol.

Buff, gorro o bandana (que cubra las orejas)

Crema solar y cacao para los labios.

Aseo personal.

Camisetas manga larga. (preferiblemente térmicas)

Un par de jerséis o forro polar.

Pantalón para actividad invernal (preferiblemente con tratamiento impermeable)

Cazadora impermeable.

Ropa interior, calcetines y calcetines de repuesto.

Capa o chubasquero que cubra el cuerpo y la mochila.

Tarjeta sanitaria y tarjeta federativa modalidad B del año en curso.

Linterna frontal.

Crampones y Piolet (*Si no dispone de ellos avisar*).

Raquetas de nieve. (*Si no llegasen a ser necesarias se informará con antelación*).

Bastones

Casco

Silbato

Guantes (recomendables guantes de repuesto)

Polainas (recomendable).

**No se permite el uso ni tenencia de móviles,** ante cualquier emergencia por la que se requiera contactar con algún participante se puede llamar al teléfono 974487571 (Casa de Piedra).

Si toma algún **medicamento**, deberá traer una bolsa en la que estén los medicamentos y una hoja en la que figure la dosis, los horarios de las tomas y un número de teléfono para cualquier duda o urgencia que pueda surgir, esta hoja deberá estar firmada por uno de los dos padres o tutores legales.

**Se verificará la aportación de todo el material obligatorio, no permitiéndose la asistencia a la actividad si falta algún elemento, por razones de seguridad.**

LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS PODRÁN SUFRIR VARIACIONES POR RAZONES CLIMATOLÓGICAS O DE SEGURIDAD.

**APELLIDOS:**

**NOMBRE:**

**EDAD:**

**DIRECCIÓN:**

**POBLACIÓN:**

**C. POSTAL:**

**TELÉFONO FIJO:**

**MÓVIL PADRE:**

**MÓVIL MADRE:**

**CORREO ELECTRÓNICO:**

**CLUB DE MONTAÑA AL QUE PERTENECE:**

**ALÉRGICO ALGÚN MEDICAMENTO:**

**Cual:**

**INTOLERANCIA ALGÚN ALIMENTO:**

**Cual:**

**Especifique alguna otra alergia o intolerancia:**

**MUY IMPORTANTE: INDICAR SI EL MENOR PADECE ALGUNA ENFERMEDAD, PATOLOGÍA O PROBLEMA FÍSICO:**

**O si toma medicación habitual (indicar pautas, horarios y dosis)**

**EXPERIENCIA EN MONTAÑA (breve curriculum):**

**Traerá Crampones:**

**Traerá Piolet:**

**Autoriza que se tomen fotos y video de su hijo durante la actividad y se usen por la FAM para la promoción deportiva:**      **SI**                      **NO**

**Obligatorio adjuntar autorización paterna firmada a mano para asistir a la actividad.**

**AUTORIZACION PATERNA**



Don

Con D. N. I. padre, madre o representante legal de:

Con D. N. I. (en adelante hijo)

DECLARA

**Que** está informado y por tanto conoce y asume los riesgos inherentes a la práctica de los deportes de montaña en general, así como los riesgos que conlleva la práctica del montañismo y ascensiones por la alta montaña con nieve para su hijo, y las actividades que realiza dentro del **ENCUENTRO FAM DE INICIACION AL MONTAÑISMO INVERNAL** de la FAM que se realizará del 28 al 29 de marzo de 2026.

**Que** conoce que esta actividad tiene por objeto la promoción deportiva del montañismo y alta montaña.

**Que** se compromete a que su hijo cumpla en todo momento las indicaciones e instrucciones de los responsables de la actividad.

**Que** su hijo no padece enfermedad ni limitación física o psíquica que le incapacite o dificulte en cualquier grado para realizar las actividades previstas o pongan en riesgo su propia vida o la de los demás deportistas.

**Que** su hijo aporta el material necesario para el desarrollo de la actividad y reúne las condiciones de seguridad requeridas.

**Y AUTORIZA** a su hijo, como deportista, para que participe en las actividades del Encuentro F. A. M. de iniciación al montañismo invernal en las fechas indicadas.

Y para que conste, firma la presente en ..... a ..... de..... de 2026

Fdo..... (Nombre y apellidos de puño y letra además de la firma)