



RUTA GUIADA

CURSO DE MONTAÑA INVERNAL (NIVEL 1 - INICIACIÓN)

**Nos iniciamos en las técnicas básicas de progresión,
planificación y seguridad por terrenos invernales de alta
montaña**

Valle de Camprodón, Ripollés, Gerona



RUTES PIRINEUS TURISME ACTIU DE MUNTANYA SL

www.rutaspirineos.org | info@rutespirineus.cat | +34 691 772 966



¿POR QUÉ HACER ESTE CURSO?

Este curso de dos días de iniciación a la montaña invernal (nivel 1) nos permitirá conocer las técnicas necesarias y dotarnos de los conocimientos básicos para movernos por terrenos de alta montaña en invierno. Haremos el curso en la zona de Ulldeter, una de las mejores áreas del Pirineo para la realización de un curso de iniciación de estas características: facilidad de acceso, buena orografía, múltiples opciones de tipo de terreno para realizar las diferentes actividades y un buen alojamiento de montaña donde hacer base, el **hostal Pastuira**.

Dedicaremos el **primer día** del curso a desarrollar gran parte de los contenidos y los pondremos en práctica realizando diversos **talleres y ejercicios específicos** sobre el terreno. El **segundo día** del curso haremos un **recorrido de alta montaña previamente planificado** y trabajado en grupo en el que practicaremos ya en formato de ruta pero de forma controlada todos los conceptos aprendidos el primer día (Gra de Fajol, Bastiments, pic de la Dona...).

El curso es una propuesta ideal para personas con experiencia en montaña estival y que ahora quieran empezar a realizar **rutras por terrenos nevados de alta montaña con seguridad**. Este curso no desarrolla las disciplinas para progresar por terrenos nevados (raquetas de nieve o esquí de montaña) sino que se centra y profundiza en las **técnicas de progresión y uso de piolet y crampones** y en otros aspectos fundamentales para movernos con seguridad cómo son la **técnica de la autodetención** y aspectos como la **planificación de recorridos, técnicas de orientación, nivología** o el **rescate básico en aludes**.

Para las personas que quieran ampliar conocimientos después de este curso de nivel 1, ofrecemos el [curso avanzado de nivel 2](#) en el que se profundiza en la técnica de progresión con piolet y crampones por terrenos invernales más complejos, ya con el uso de cuerda y la utilización de anclajes.



CONTENIDOS DEL CURSO DE ESQUÍ DE MONTAÑA

- **Material y equipo:** tipos de material, características, uso y mantenimiento.
- **Uso de piolet y crampones.**
- **Progresión:** tipos de terrenos, identificación de los pendientes...
- **Autodetenciones:** con material y sin material.
- **Orientación:** Principios básicos de cartografía e interpretación de la montaña invernal...
- **Nivología:** manto nival, tipos de nieve tipos de aludes...
- **Rescate básico en aludes:** protocolo de seguridad, uso de DVA-pala-sonda. precauciones y pautas para reducir el riesgo de accidentes por aludes.
- **Planificación de una actividad:** elección de itinerarios, gestión de la seguridad, interpretación del boletín meteorológico y del boletín de aludes (BPA), prevención de accidentes...

Nota: los contenidos y la zona concreta de realización del curso podrán variar ligeramente en función de las condiciones meteorológicas y de las condiciones de nieve.





FICHA RESUMEN

Duración del curso: 2 días.

Exigencia física: Media. Curso adecuado para personas que practican deporte y hacen salidas a la montaña con frecuencia.

Dificultad técnica: Curso de iniciación a la montaña invernal. Se requiere experiencia en alta montaña estival (haber realizado travesías y/o ascensiones por terrenos de alta montaña en verano).

Época recomendable: Invierno y principios de primavera.

Grupo: hasta 6 personas.

Hora y punto de encuentro: 9h en el aparcamiento privado del hostel Pastuira, situado en el lado derecho de la carretera GIV-5264 justo antes de llegar al primer aparcamiento de la estación de esquí de Vallter. Una vez reunidos, desde este punto nos dirigiremos en vehículos particulares hasta la zona más adecuada del circo de Ulldeter, que podrá variar en función de las condiciones meteorológicas y de las condiciones de nieve.

Horario: Primer día de 9h a 19h y segundo día de 8h a 16h.

Material individual imprescindible: Es imprescindible llevar ropa de montaña para realizar el curso: chaqueta impermeable con membrana Gore-Tex o similar, ropa de abrigo, ropa transpirable y cómoda, pantalones largos y calcetines de montaña, botas de montaña impermeables de caña media-alta, 2 pares de guantes, braga y gorro. Ropa de recambio y calzado limpio para el interior del hostel. Para el sol: gafas de sol, crema solar, protección para los labios y gorra. Mochila de montaña adecuada y funda impermeable para la mochila. Frontal. Manta térmica. Brújula plana. Saco sábana (la habitación dispone de calefacción). Tapones para las orejas para la noche en el hostel (opcional). Material técnico individual: casco, crampones y piolet. Polainas. Material de seguridad individual: detector víctima de aludes (DVA), pala y sonda.

Alimentación: Hay que llevar bebida o agua y la comida que cada uno considere oportuno para el primer día. La cena y el desayuno nos los proporciona el hostel y están incluidos en el precio. El picnic del segundo día no está incluido en el precio y es posible contratarlo directamente en el hostel (precio orientativo 10 €).

Perfil del profesor que realizará la actividad: Guía de alta montaña titulado con gran experiencia en formación invernal.

Observaciones: En caso de mal tiempo / malas condiciones en el circo de Ulldeter, el curso se haría en la Cerdanya (haciendo noche en el refugio de la Molina o en algún otro establecimiento) o en el valle de Benasque (haciendo noche en el refugio de la Renclusa).

Nota: Rutes Pirineus no se hace responsable de los incidentes ocasionados por no llevar el material imprescindible indicado. Rutes Pirineus se reserva el derecho de excluir un participante si este no lleva el material imprescindible. Si alguna persona toma algún tipo de medicación, sufre alguna patología o ha tenido alguna lesión recientemente, por favor comentadlo en el momento de realizar la reserva.





PRECIO

FORMATO DE GRUPO ABIERTO

Conformación del grupo por parte de RUTES PIRINEUS en las fechas que se indican en la sección "Fechas programadas" de la [ficha web](#) de este curso):

- **Precio total** (curso + alojamiento): **255 €/persona** (IVA incluido).
- **Alquiler material técnico individual** (casco, crampones y piolet): **25 €/persona** (IVA incluido).
- **Alquiler material individual seguridad** (DVA, pala y sonda): **36 €/persona** (IVA incluido).

El precio incluye:

- La planificación y preparación del curso y el seguimiento de las condiciones meteorológicas y del terreno antes y durante su realización.
- La gestión de la inscripción y el asesoramiento antes del curso.
- La realización del curso (guía de alta montaña titulado).
- El alojamiento en el hostel en modalidad de Media Pensión (alojamiento, cena y desayuno).
- El material técnico y de seguridad conjunto para el curso.
- El seguro de accidentes para actividades realizadas en el medio natural.

El precio no incluye:

- Los desplazamientos, los gastos ocasionados por el abandono del curso por cualquier motivo, el material técnico y de seguridad individual, el picnic.

Nota: el grupo mínimo necesario para realizarse la actividad es de 4 personas. En caso de no poderse formar el grupo mínimo necesario, se devolverá el 100% del importe. Para grupos de 5 personas o más, por favor solicitar presupuesto a medida.





PRECIO

FORMATO DE GRUPO PRIVADO

Los precios del curso de 2 días en formato de grupo privado en fechas a convenir son los siguientes:

- **Precio del curso** formato privado grupo de 1 persona (curso + alojamiento): **785 €/persona** (IVA incluido).
- **Precio del curso** formato privado grupo de 2 personas (curso + alojamiento): **449 €/persona** (IVA inc.).
- **Precio del curso** formato privado grupo de 3 personas (curso + alojamiento): **335 €/persona** (IVA inc.).
- **Precio del curso** formato privado grupo de 4 personas (curso + alojamiento): **279 €/persona** (IVA inc.).
- **Precio del curso** formato privado grupo de 5 personas (curso + alojamiento): **255 €/persona** (IVA inc.).
- **Precio del curso** formato privado grupo de 6 personas (curso + alojamiento): **239 €/persona** (IVA inc.).
- **Alquiler material técnico individual** (casco, crampones y piolet): **25 €/persona** (IVA incluido).
- **Alquiler material individual seguridad** (DVA, pala, sonda y casco): **36 €/persona** (IVA incluido).



RESERVA Y PAGO

Para cualquier consulta no dudes en contactarnos: info@rutespirineus.cat / +34 691 772 966.

La reserva podrá realizarse por email o mediante el formulario web. La reserva se considerará finalizada una vez efectuado el pago.





ALGUNAS IMÁGENES...





CONDICIONES

SALIDAS ORGANIZADAS DE MÁS DE 1 DÍA (VIAJE COMBINADO)

En el apartado [Condiciones Generales](#) dentro de la página web www.rutaspirineos.org se incluyen todas las condiciones que aplican en la contratación de cualquier salida organizada de más de 1 día (viaje combinado). En cualquier caso, a continuación resumimos algunas condiciones que consideramos de especial relevancia para este producto en particular:

Pago del precio:

1. En el momento de la perfección del contrato el consumidor deberá abonar una suma que corresponda al 40% del precio del viaje combinado o, en su caso, completar hasta ese importe las cantidades que hubiere entregado a cuenta. Si el consumidor no realiza dicho pago, la agencia le requerirá para que lo efectúe en el plazo razonablemente breve que le fije.
2. El pago del resto del precio se efectuará cuando la agencia ofrezca la entrega al consumidor de los títulos de transporte, bonos de viaje o cualquier otro documento indispensable para la correcta ejecución de las prestaciones que forman el viaje combinado. Si el consumidor no realiza dicho pago, la agencia le requerirá para que lo efectúe en el plazo que le fije. Si no le fija plazo, se entenderá que el pago deberá efectuarse a lo más tardar 7 días antes de la salida.
3. La agencia podrá resolver el contrato y aplicar las reglas establecidas para el desistimiento antes de la salida si el consumidor no realiza cualquiera de los pagos previstos en los apartados anteriores en el plazo que corresponda.

Derecho de desestimación del consumidor:

1. El consumidor tiene la facultad de desistir del viaje contratado en cualquier momento antes de la salida. Los importes retenidos en caso de desestimación del consumidor serán: a) Si se anula antes de 15 días de la fecha de salida del viaje, el 25% del importe de la actividad. b) Si se anula entre 15 y 7 días antes de la fecha de salida, el 50% del importe de la actividad. c) Si se anula con entre 7 y 2 días antes de la fecha de salida, el 75% del importe de la actividad. d) Si se anula con menos de 2 días de antelación, el 100% del importe de la actividad.
2. El desistimiento produce efectos desde el momento en que la voluntad de desistir del consumidor llega al conocimiento de la agencia.
3. Conocido el desistimiento, la agencia devolverá al consumidor las cantidades que hubiese abonado en el plazo máximo de un mes, deducidos los gastos de gestión y, en su caso, los gastos de anulación justificados y las penalizaciones.
4. Si el viaje combinado estuviera sujeto a condiciones económicas especiales de contratación, tales como flete de aviones, buques, tarifas especiales u otros análogos, los gastos de gestión, los gastos de anulación y las penalizaciones serán los que indique de modo explícito el folleto para ese viaje o los acordados de modo particular en el documento contractual.

Cancelación del viaje por parte del organizador:

El consumidor podrá optar entre: a) Que le reembolsen en el plazo máximo de un mes todas las cantidades pagadas, o b) Que, siempre que la agencia pueda proponérselo, le ofrezcan otro viaje combinado de calidad equivalente o superior. Si el viaje ofrecido es de calidad superior, la agencia no le exigirá suplemento alguno. También podrá aceptar la realización de un viaje de calidad inferior, pero en este caso la agencia le deducirá la diferencia de precio.

En ambos casos, el consumidor tiene derecho a reclamar la indemnización:

1. Si la cancelación del viaje se comunica dentro de los dos meses anteriores a la salida, la agencia deberá abonar al consumidor una indemnización en función del tiempo que falte para la salida, que como mínimo será de: a) El 5% del precio del viaje si se produce con una antelación de más de 15 días y de menos de 2 meses. b) El 10% del precio del viaje, si se produce con una antelación entre los 15 y 3 días. c) El 25% del precio del viaje, si se produce dentro de las 48 horas anteriores a la salida.
2. No existe obligación de indemnizar en los siguientes supuestos: a) Cuando la cancelación se debe a que el número de personas inscritas es inferior al exigido en el folleto o en el contrato para el viaje. En este caso, la agencia debe comunicar por escrito la cancelación al consumidor antes de la fecha límite fijada en el folleto o en el contrato. En su defecto, la agencia debe notificar la cancelación con una antelación mínima de diez días a la fecha de salida. b) Cuando la cancelación del viaje se debe a motivos de fuerza mayor. Son causas de fuerza mayor las circunstancias ajenas a la agencia, anormales e imprevisibles cuyas consecuencias no habrían podido evitarse, a pesar de haber actuado con la diligencia debida.



ACEPTACIÓN

Rutes Pirineus Turisme Actiu de Muntanya SL (en adelante Rutes Pirineus) es una empresa especializada en la promoción del turismo de montaña en los Pirineos. Rutes Pirineus organiza rutas guiadas y, como organizadora de actividades físico deportivas en el medio natural, cumple con los requisitos que le corresponden según el "Decreto 56/2003", en virtud del cual tiene contratada una póliza de seguro de responsabilidad civil y una póliza de accidentes para participantes. A la vez dispone del personal cualificado de acuerdo a la "Ley 3/2008" de la Generalitat de Catalunya.

Rutes Pirineus está registrada como agencia de viajes con el número de licencia GC-004551.

Datos fiscales: Rutes Pirineus Turisme Actiu de Muntanya SL. Domicilio: C/11 de Setembre nº 22 1º, 08750 Molins de Rei (Barcelona). CIF: B66145095. Empresa inscrita en el Registro Mercantil de Barcelona en el TOMO 44061, FOLIO 26, HOJA B 446.044, INSCRIPCIÓN 1."

La reserva de una salida de Rutes Pirineus implica la aceptación de los siguientes puntos:

1. Las actividades realizadas en el medio natural, como el alpinismo, el esquí de montaña, las raquetas de nieve y el senderismo, son intrínsecamente peligrosas, en mayor o menor medida según las características de la actividad y salida concreta. En el proceso de reserva, los participantes deben confirmar que conocen y asumen los riesgos que conlleva la actividad propuesta. Por este motivo, Rutes Pirineus declina toda responsabilidad por los daños que pudieran ocurrir fruto de acciones que estén fuera de su alcance y de las condiciones previamente pactadas.
2. Las actividades están sujetas a las condiciones meteorológicas y al número y características de las personas que participen en ellas. Por ello, los horarios y los itinerarios se pueden modificar o, incluso, suspender en parte o en su totalidad si las circunstancias así lo aconsejan, y se hará siempre bajo el criterio de los guías de montaña y de los técnicos acompañantes.
3. El cliente afirma no tener problemas físicos previos a la actividad, no haber ingerido medicamentos que le incapaciten para la correcta realización de la actividad, ni haber consumido, drogas, alcohol o algún tipo de estupefacientes antes de realizar la actividad. Las mujeres deberán comunicar un posible embarazo al efectuar la reserva.
4. Los menores de edad deberán ir acompañados de sus padres o tutores legales. En caso contrario deberán entregar su autorización y consentimiento de participación en la actividad por escrito y debidamente firmada por sus padres o tutores legales.
5. El cliente debe hacer caso en todo momento de las indicaciones y consejos que el guía o técnico le indiquen, así como mostrar respeto al resto del grupo. Rutes Pirineus se reserva en todo momento el derecho de excluir aquellas personas cuyo comportamiento comprometa la seguridad del grupo. En ningún caso, estas personas recibirán indemnización alguna.
6. El material proporcionado para la realización de las actividades estará homologado si así se requiere y siempre se encontrará en un estado de uso correcto. En el caso que el participante lleve material propio, este será supervisado por nuestros técnicos y sólo se podrá utilizar si éstos lo consideran oportuno.
7. De acuerdo con lo dispuesto en el REGLAMENTO (UE) 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO, de 27 de abril de 2016 ("RGPD"), le informamos de que sus datos personales serán tratados por parte de Rutes Pirineus para la propia gestión del pedido y de la actividad o viaje contratado. En ningún caso Rutes Pirineus cederá los datos a terceros, a excepción de aquellos casos en los que la comunicación de sus datos a terceros sea necesaria para poder cumplimentar la finalidad directamente relacionada con la organización, pago o asistencia al producto o servicio contratado. Sus datos personales serán tratados con la máxima confidencialidad. El participante tiene derecho a acceder a sus datos, modificarlos o suprimir en cualquier momento, enviando un correo electrónico a info@rutespirineus.cat o bien una carta por correo postal a: c/Onze de Setembre 22, 1r, 08750 Molins de Rei (Barcelona). Los datos personales se conservarán hasta la finalización del servicio o hasta que exista obligación legal. La legitimación para el tratamiento de los datos personales es el consentimiento del participante. El participante podrá revocar su consentimiento mediante el envío de un correo electrónico a info@rutaspirineos.org. También informamos al participante de su derecho a presentar una reclamación ante la Agencia Española de Protección de Datos, si considera que en el tratamiento de sus datos no se están respetando sus derechos.
8. Rutes Pirineus se reserva la posibilidad de incorporar alguna fotografía de la ruta guiada en sus canales de comunicación y promoción. En ningún caso se venderán estas fotografías a terceros. Si tenéis algún inconveniente, por favor comunicádnoslo.
9. Rutes Pirineus no se hace responsable de los incidentes ocasionados por no llevar el material imprescindible indicado. Rutes Pirineus se reserva el derecho de excluir un participante si este no lleva el material imprescindible.
10. Si algún participante quiere realizar la actividad con un perro acompañante, deberá comunicarlo antes de hacer la reserva.