

Curso básico de Aludes
Orientado al snowboard de montaña
Valle de Aran 20, 21 y 22 de enero

SALUMUN
SNOWBOARDING

ACNA
ASSOCIACIÓ PER AL CONEIXEMENT DE LA NEU I LES ALLAUS

Marmot

Gaiur
COMPANIA DE SNOWBOARD

www.gaiur.com info@gaiur.com Tlf. 633348149

CURSO DE SEGURIDAD PARA LOS ALUDES Y AVALANCHAS.



Organizado por **Gaiur** y avalado por el **ACNA**

El objetivo del curso es proveer y transmitir al alumno las herramientas y los conocimientos básicos necesarios para moverse con seguridad en terreno de aludes y avalanchas. Ante la pregunta: ¿Qué es el mínimo que una persona tiene que saber sobre aludes y avalanchas para salir a la montaña en condiciones invernales?

Audiència

Preferible splitboard o snowboard (con raquetas)

El talón libre es bienvenido (telemark, esquí de montaña, freeride)

Objetivos

1. Reconocer y evitar el terreno avalanchoso.
2. Saber preparar una salida (BPA, meteo, etc.)
3. Entender la relación entre la estratificación y el peligro de aludes.
4. Aprender las técnicas de reducción del riesgo, tanto en la progresion (subida) como en los descensos.
5. Aprender las técnicas básicas de autorrescate.

Contenidos

Terreno avalanchoso y trampas del terreno
Trazado de rutas seguras
Estratificación de la nieve
Condiciones actuales de la nieve y efectos de la meteo (pronósticos)
Técnicas de preparación en una salida y de reducción del riesgo.
Gestión de los descensos.
El factor humano en accidentes por avalancha
Rescate básico (incluye arva, pala, sonda y organización)

Prequisitos

Se recomienda haber asistido a alguna charla o haber leído alguna publicación.
Hace falta ser capaz de moverse por la nieve con una cierta celeridad (salidas de entre 500 y 1000 m de desnivel por cada jornada.)

Formato

20 horas
Dos sesiones de 3 horas teóricas y dos sesiones de campo de 7 horas.

Organización del curso

1ª Sesión teórica (3 horas) en aula por la tarde

Introducción, aludes y nieve (1.5 horas)

Introducción al curso:

Organización, objetivos ...
Presentación de los alumnos y su experiencia
-Estadísticas de accidentes

-Mitos

-Tipo de aludes.
Salida puntual/placa
Nieve seca/nieve húmeda
Natural/accidental

Tipos de nieve. Introducción a los tipos de nieve y sus transformaciones.
El transporte de la nieve por el viento.

Terreno. (0.5 horas)

El terreno de aludes
Partes de un alud
Características del terreno:
-Pendiente
-Orientación
-Forma
-Rugosidad
-La vegetación
-Las trampas del terreno

Reducción del riesgo (1 hora)

Rituales de reducción del riesgo
Trazado de un itinerario.
Ejemplos de circulación por terreno peligroso.
Equipo
Determinación de zonas seguras.

Comportamiento en un alud.

1ª Sesión práctica (7 horas) Salida a la nieve de 9am a 4 pm

Circulación segura.

Trazado de itinerarios

Identificación del terreno de aludes.

Evaluación de la estabilidad de la nieve:

Estructura básica de la nieve. Capas, tipos de granos, durezas.

Observación de indicios y tests de estabilidad.

Gestión de los descensos:

- Visualizar los descensos priorizando la seguridad.
- Purgas.
- Zonas cóncavas y convexas.
- Trampas.
- Diferentes fases dentro del alud.

2ª Sesión teórica (3 horas) en aula por la tarde

Preparación de una salida: 3x3 (2 horas)

-Regional:

La nieve y la meteo.

La escala europea.

Fuentes de información de la meteo y aludes.

El terreno.

La escala de clasificación del terreno y aludes.

El grupo: factor humano en los accidentes por alud.

Equipo.

- Zonal:

Validaciones de la meteo, el peligro de aludes, el grupo y el terreno previstos.

- Local:

Evaluación de la estabilidad de la nieve. Indicios, tests rápidos. El test de la columna extendida.

Contribución de la meteo a la evolución de la estabilidad

Terreno: identificación de terreno avalanchoso

Grupo: el factor humano

Auto-rescate básico (1 hora)

Material de seguridad.

Organización del rescate.

Fases de la busca con ARVA.

Sondeo, paleo.

Primeros auxilios.

2ª Sesión práctica (7 horas) Salida a la nieve de 9am a 4 pm

Repaso y puesta en práctica de todos los conceptos anteriores.

Aplicación del 3x3.

Auto-Rescate en aludes.

PRECIO: 150€

