



CURSO DE TRAZADOR DE ESQUI DE MONTAÑA

- **Titulación que se ofrece: TRAZADOR DE COMPETICIÓN DE ESQUÍ DE MONTAÑA.** Es un curso homologado por la FEDME y la EEAM (Escuela Española de Alta Montaña)
- **Fechas y lugar de celebración:** viernes 22 (a partir de 19h), sábado 23 y domingo 24 de Abril de 2016 serán las clases teóricas y prácticas en Alto Campoo (Cantabria). Las prácticas en competición oficial tendrán lugar otro fin de semana completo a decidir entre los profesores y alumnos. Se realizarán en la temporada 2016-17, bien en una prueba de la Copa de España FEDME o en una de las pruebas de la Copa Norte de esquí de montaña.
- **Objetivos del curso:** Formación destinada a dotar a las competiciones de esquí de montaña del equipo técnico adecuado para preparar el recorrido siguiendo las directrices reglamentarias.
Los alumnos que superen curso y obtengan el título de Trazador serán capaces de preparar los recorridos de una competición de esquí de montaña según establece el reglamento, de manera que éstos sean seguros y atractivos para los competidores.
- **Requisitos mínimos de los alumnos:**
 - Poseer tarjeta federativa FEDME 2016.
 - Ser capaz de esquiar en todo tipo de condiciones de nieve, en pendientes moderadas y derechas (45º), con viraje paralelo.
 - Saber cómo moverse cuesta arriba rápidamente y con seguridad, con material de esquí de montaña, utilizando las técnicas correctas.
 - Ser habilidoso en técnicas de progresión, con crampones y piolets, y saber hacer los nudos básicos con cuerda (ocho, dinámico, ballestrinque, etc.).
 - Tener conocimiento y experiencia en la operación y uso de los dispositivos utilizados por rescates en aludes (ARVA).
 - Ser capaz de leer, comprender y utilizar los mapas, altímetro y brújula.
 - Ser capaz de realizar un ascenso y descenso de 1.500 metros, en 3 h los hombres y en 3h 40' las mujeres como máximo.
- **Federación organizadora:** FCDME (Federación Cantabra de deportes de Montaña y Escalada), a través de la vocalía de deportes de nieve.
- **Plazas:** El cupo son 6 alumnos por profesor. Debido a que disponemos de 2 profesores el máximo serán 12 plazas.

• **Condiciones de matrícula y precio:**

Precio federados FCDME (subvencionado): 120 euros

Resto alumnos: 150 euros

Para apuntarse hay que realizar una transferencia a la cuenta de la FCDME 2048-2062-91-3400015923 (Liberbank), indicando en el asunto "vuestro nombre+curso trazador". Posteriormente, hay que enviar una copia de la tarjeta federativa FEDME 2016 y vuestros datos (nombre, dirección, email y teléfono) al email info@fcdme.es.

Se irán ocupando las plazas por estricto orden de recepción de toda la información que se solicita.

• **Programa del curso:**

1. El ámbito federativo estatal, territorial y autonómico

Objetivos terminales: Conocer la federación, sus funciones y organización

Contenidos: Estatutos, Estructura federativa, Reglamentos

2. El perfil de la formación, competencias

Objetivos terminales: Conocer las competencias del trazador y sus funciones

Contenidos: Estatutos, reglamentos, estructura

3. El reglamento de competición

Objetivos terminales: Conocer el reglamento de competición del esquí de montaña

Conocer la dinámica de las diferentes competiciones: individual, crono, equipos, sprint, relevos, etc.

Contenidos: Modalidades de competición, Estructura de la competición, Árbitros y Jueces

4. El trazar

Objetivos terminales: Conocer los métodos para trazar, Saber marcar el recorrido

Contenidos: Técnicas para trazar en subida y bajada, Requerimientos materiales para marcar el trazado

5. El recorrido

Objetivos terminales: Saber prepara un recorrido de competición

Contenidos: El diseño del recorrido, El proceso de construcción, Recorridos alternativos

6. Nivología y aludes

Objetivos terminales: Conocer los protocolos de seguridad frente una zona de peligro de aludes.

Contenidos: Características del manto nivoso, Tipos de aludes, Desencadenamiento accidental de placas, Conocer los sistemas de valoración del manto níveo.

7. El uso del ARVA

Objetivos terminales: Saber actuar como primer interviniente en un accidente en una competición

Contenidos: Conocer las técnicas de funcionamiento del ARVA, Conocer los protocolos de búsqueda de víctimas con el aparato ARVA, Conocer los protocolos de rescate de víctimas de alud.

8. Prácticas tutorizadas

Objetivos terminales: Afianzar los conocimientos adquiridos en situación real de competición.

Metodología: Participación como trazador en prácticas en una competición oficial bajo la supervisión del trazador/árbitro titular. Esta participación será en toda la competición: preparación, arbitraje y valoración.

- **Procedimientos y criterios de evaluación:**

El curso es presencial en todas sus materias. Estas estarán sujetas a un juicio evaluativo.

La evaluación se realizará de diversas maneras:

1. Continua: durante el transcurso del período de formación y de forma paralela al mismo, para garantizar un mejor seguimiento del alumno aspirante.
2. Práctica real: durante su realización en el período de formación y con el fin de comprobar la disposición del alumno.

El curso será superado si se superan todas y cada una de las materias sujetas a evaluación.

- **Material necesario:**

Equipo completo de esquí de montaña (tablas, fijaciones, cuchillas, bastones, pieles de foca)

ARVA, pala y sonda

Casco

Arnés

Crampones y piolet

Se ha contratado un precio especial para los alumnos en el Refugio Tres Mares (Alto Campoo) de 30 euros/día media pensión. También tendrán lugar aquí las clases teóricas.

Para más información contactar en el tfno. 630066977 (Angel Luengo).