



## **EQUIPO DE TECNIFICACIÓN**

# **JÓVENES ALPINISTAS CÁNTABROS Y CÁNTABRAS**

### **JUSTIFICACIÓN Y CONTEXTO**

La **Federación Cantabra de Montaña y Escalada (FCDME)**, en su compromiso con la promoción y desarrollo del deporte de montaña entre la juventud, presenta el proyecto **“JÓVENES ALPINISTAS CÁNTABROS Y CÁNTABRAS”**, orientado a la formación integral de jóvenes deportistas en las disciplinas de alpinismo, escalada y actividades en alta montaña.

El relevo generacional en los deportes de montaña constituye un reto para el deporte federado cántabro. Este programa busca consolidar una **cantera técnica y humana** de jóvenes alpinistas que garanticen la continuidad del alpinismo cántabro con criterios de **seguridad, sostenibilidad y excelencia deportiva**.

Asimismo, el proyecto se alinea con los objetivos estratégicos de la **Dirección General de Deportes del Gobierno de Cantabria** en materia de:

- Promoción del deporte base.
- Fomento de la actividad física en entornos naturales.
- Educación ambiental y respeto por el medio natural.
- Igualdad de oportunidades en el acceso al deporte.

### **OBJETIVOS**

#### **A. Objetivo General**

Fomentar la formación técnica, física y ambiental de jóvenes cántabros en alpinismo y escalada, promoviendo una práctica deportiva segura, responsable y sostenible.

#### **B. Objetivos Específicos**

- Formar a jóvenes deportistas en técnicas de progresión y seguridad en montaña.
- Promover valores de respeto ambiental, cooperación y autosuperación.
- Crear un grupo estable de jóvenes alpinistas como referente autonómico.
- Facilitar el acceso a la formación técnica federativa y la certificación oficial.
- Representar a Cantabria en actividades y encuentros nacionales e internacionales.

### **DESTINATARIOS**

- Tener de **18 a 28 años** en la presentación de solicitudes o en el año del programa.
  - Haber estado federado en Cantabria durante el 2025 y con licencia FCDME y habilitación FEDME en 2026.
  - No haber formado parte ni estar en ningún equipo de tecnificación.
  - Presentar solicitud en tiempo y forma, hasta el 11 de febrero de 2026 inclusive.
  - Tener conocimientos de montañismo, escalada y esquí.
  - Disponer del equipo básico personal para la práctica del montañismo estival e invernal.
  - Comprometerse con la asistencia de al menos el 80% del calendario anual, que será de máximo 12 concentraciones al año en días de fin de semana o puentes a lo largo del año.
- La duración total será de 24 meses.**



## EQUIPO DE TECNIFICACIÓN

# JÓVENES ALPINISTAS CÁNTABROS Y CÁNTABRAS

- Conocer y practicar las diferentes disciplinas y terrenos de la montaña: roca, hielo y nieve.
- Tener motivación y actitud para mejorar y subir de nivel deportivo y compromiso.
- Mostrar una actitud equilibrada, iniciativa, saber trabajar en equipo y adaptarse a las normas que marquen los técnicos responsables.
- Tener una buena condición física general.
- Tener motivación, espíritu de equipo.
- Tener tiempo para la realización de los entrenamientos y la asistencia a las concentraciones.

**Número previsto:** entre 4 y 6 participantes por edición.

### PRUEBA DE ACCESO

#### A. Currículo y preselección.

Selección de currículum, presentado junto a la solicitud de participación en esta convocatoria en tiempo, forma y fecha señalados.

#### B. Pruebas físicas y técnicas.

Se valorará el esfuerzo, técnica, resolución, seguridad.

- Realizar un trayecto de máximo **15 kilómetros** de distancia y un desnivel de máximo **1.500 metros de desnivel positivo**, con una mochila de 8 kg, correspondiente al mínimo material utilizado en un día de montaña y escalada.
- **Esquí de montaña.** Ascenso y descenso en esquí, evaluación del foqueo, vuelta maría, transición de ascenso a descenso, técnica de descenso con control, armonía y seguridad por terreno preferiblemente no tratado.
- Progresión en entorno nevado, **Dificultad AD: Pendientes hasta 40-50°**, con pasos estrechos, nieve variable o roca mixta (hasta III).
- Encadenar una vía de deportiva en **roca 6c**, a vista. Dos oportunidades en vías diferentes.
- Encadenar una vía de escalada de **autoprotección 6a+**, a vista, gestionando cuerdas y seguros o anclajes. Dos oportunidades en vías diferentes.

*\*El tribunal podrá poner un plazo límite en el proceso selectivo, que, en el caso de falta de nieve o hielo, el proceso selectivo se realice y culmine, teniendo en cuenta las pruebas anteriores. Esto NO significa que el interesado pueda enviar su solicitud sin saber esquiar o escalar en hielo, es solo una anticipación a la falta de estos que pueda haber en ese tiempo.*

#### C. Entrevista personal.

Se realizará a cargo del Director y/o otros miembros del equipo, máximo tres técnicos.

*\*Superar o no superar las pruebas físicas y técnicas no supondrá directamente la entrada o no al equipo, si no que se realizará una valoración global del proceso.*

### REQUISITOS PARA PERMANECER EN EL EQUIPO

- Mantener la motivación y demostrar al cuerpo técnico que el puesto en el grupo es merecido.
- Cumplir con el compromiso de asistir a las concentraciones del equipo.

**EQUIPO DE TECNIFICACIÓN****JÓVENES ALPINISTAS CÁNTABROS Y CÁNTABRAS**

- Presentar una buena actitud y una motivación alta por las actividades que se realicen.
- Realizar actividades fuera de las concentraciones, informado a los técnicos de los logros.
- Superar objetivos desde el inicio de los programas con motivación, esfuerzo y superación.
- Destacar en las actividades tanto dentro como fuera de las concentraciones, dando publicidad de ellas e indicando a FCDME como colaborador en estas publicaciones.

**QUE OFRECE LA FCDME**

La FCDME ofrece a los Jóvenes Alpinistas Cántabros y Cántabras, la oportunidad de **crecer como deportistas de la mano de profesionales cualificados**, a través de actividades en hielo, alpinismo, esquí y escalada.

Se participará en salidas y actividades tanto a nivel nacional como internacional. Estas experiencias permitirán al grupo **enfrentarse a nuevos retos**, compartir cordada con otros alpinistas y representar a Cantabria fuera de su entorno habitual, fomentando la convivencia, el aprendizaje continuo y la pasión por la montaña en escenarios diversos y exigentes.

**FECHAS DE RELIZACIÓN**

Las pruebas de acceso se celebrarán los días **14 y 15 de febrero de 2026**.

Las pruebas invernales tendrán lugar el **21 de febrero** en las inmediaciones de la Estación de Esquí y Montaña de Alto Campoo.

*Fecha límite de inscripción: 11 de febrero de 2026*

Formulario de Inscripción aquí:

<https://forms.gle/ozRDExm2TDETTnt5A>

Fdo. Responsable de Vocalía de Escalada, Paraescalada y Alpinismo  
*Santiago López Pintor*

