

MENDI ERTAINA

NEGUAN

2017ko MARTXOAK 18 eta 19

Kantauriar mendilerroan neguan egiteko hainbat igoera eta mendi aurkituko ditugu. Izoztutako mundu honetan barneratzeko ate paregabea izango da hau.



BIZKAIKO GOI-MENDI ESKOLA

Mendi ertaina neguko ikastaroa

SARREA

Mendi ertaineko kontzeptua altuerari beharrez, mendi batera hurbiltzeko alpinismoko materiala behar ez denean egiten dio erreferentzia. Urtean zehar gure inguruan egiten ditugun igoera gehienak mendi ertainekoak dira. Horrela beraz eta neguko baldintzek hauengan eragiten dituzten aldaketak kontutan hartuz, haiengana behar bezala hurbiltzeko ikastaroa proposatzen dizuegu.

HELBURUAK

Neguan mendiko zeharkaldiak, igoerak edota edozein irteera egiteak mendia ulertzeko oinarriak aldarazten ditu. Hau kontutan hartuz, ibiltzeko modu seguruena, elur jauziak ekidin, ARVA, pala eta sondarekin bilaketa eta erreskate lanak, materialaren ezagutza (janzkera, erraketak bastoiak, e.a.) eta ingurugirora egokitzen jakin beharko dugu.



Ikastaroaren edukiak



- 1- Ingurunearen ezagutzak:
Ingurunearen baldintza orokorrak.
Elur motak eta ezaugarriak.
- 2- Oinarrizko materialaren ezagutza:
Mendi ertaintetara joateko oinarrizko materiala.
Benetan behar dugun materialaren ezagutza eta erabilera.
- 3- Mendirako janzkera aproposa.
- 4- Motxilaren prestaketa.
- 5- Ibilbide bat prestatzeko jarraibideak: ibilbide seguruak eta zonalde arriskutsuak, zailtasunen eta gure gaitasunen ebaluazioa, saihestu beharreko zonaldeak...
- 6- Elur jauziak: ezagutza, azterketa eta ekiditeko jarraibideak.
ARVAren erabilera.
- 7- Elurretarako erraketen erabilera.
- 8- Vivac-a:
Prestaketa, materiala eta toki aproposak.
Elurretan kobazulo bat egiteko jarraibideak.

Beharrezko materiala

- 1- Neguko mendi-jardueretarako arropa egokia:
Barruko arropa termikoa (kamiseta edota fibrazko mallak) eta kanpoko arropa iragazkor/iragazkaitza, eskularru iragazkaitzak, haizearen kontrako eskularru finak, txanoa, lumazko txalekoa (oso gomendagarria), eguzkitarako betaurreko aproposak, frontala, kaskoa...
- 2- Ekipamendu pertsonala: botak, bastoiak eta polainak.
- 3- 35 litrotako motxila aproposa.
- 4- Lupa bat (elurra ikertzeko).
- 5- Aterperako beste motxila handiago bat eta barruan: lotarako sakuak, aldatzeko arropa...

Prezioak

Ikastaroa	Bizkaian federatua	Mendi taldeentzako prezioa	Bizkaitik kanpo federatua
Mendi ertaina neguan	€ 78,75	€ 52,5	€ 105



Vivac bat ongi prestatu eta txarto prestatzearen arteko ezberdintasuna, abentura atsegina bat bizi edo benetan txarto pasatzearen arteko gauza berdina suposatzen dezake.

Oharrak

BGME-k badauzka neguko mendi ertainetarako erraketa batzuk. Hala ere nork berak daukana eramatea gomendatzen dugu. Era beran eta bastoiak bezain garrantzitsua izan daitekeen arren, BGMEk badauzka ikasleei uzteko ARVA gutxi batzuk.

Ezinezkoa da era honetako ikastaro baten ordutegiak eta ezaugarriak aldeztatik zehaztea. Hala ere ondoren azaltzen diren lekuetan izan daiteke:

- Tokiak: Valdezcaray/Alto Campoo/Lizara. Ikastaroa ospatuko dugun tokian bertan larunbat goizean batuko gara. Berau aurkezpen bileran edota aurreko egunetan posta elektronikoa bitartez zehaztuko da. Gaua ikastaroa ospatuko dugun zonaldean pasatuko dugu.
- Ordutegiak: Bi egun (larunbata eta igandea).

Ikasleen maila edota ingurugiro zein eguraldi-baldintzen arabera, irakasleek eskubide osoa dute ikastaroaren gidioa aurretik abisatu gabe aldatzeko.

Kontu zenbakia

3035 0071 64 0710024655

OHARRA: Ez ordaindu ezer ere ez ikastaroaren zuzendariak agindu arte.

Prezioan sartuta:

Irakaslearen zerbitzuak.

Homologatutako taldeko segurtasun materiala. Banakako materiala (ez izatekotan).

Preziositate kanpo:

Hostatu eta janari gastuak (behar izanez gero).

Ikasleen garraioa.

Taldea ikastaroa ospatu aurreko astean itxita geratuko da.

