

CURSO DE ORIENTACIÓN

Introducción

La orientación supone el arma definitiva pero básica de todo amante de la naturaleza y la montaña. Sin embargo, muchas veces infravaloramos su importancia a la hora de acometer cualquier actividad y recaemos en el típico error de confiarnos en exceso. Con las nuevas técnicas de orientación nuestras salidas serán más seguras y placenteras.

Objetivo del curso

Este curso tiene como finalidad adquirir los conocimientos necesarios en orientación en el campo, así como aprender el manejo de las herramientas adicionales para su uso: brújula, altímetro y cartografía. A pesar de que hoy en día es interesante no desligar el manejo de instrumentos básicos, como el altímetro y por supuesto mapa, del más sofisticado GPS, nos centraremos en el aprendizaje de los primeros, hasta obtener los conocimientos necesarios para ser totalmente autosuficientes.

Contenidos del curso

- Conocimiento del material básico aplicado en orientación en montaña:
 - Material básico: mapa, brújula, altímetro.
 - Cuadrículas: tipos y sus orígenes.
 - Diferentes tipos de mapas, escalas...
 - Presentación del Google Earth.
- Ejercicios de orientación y cartografía:
 - Como leer un mapa de montaña (iconografía, alturas, formas, escalas...).
 - Orientación y situación sobre un mapa (establecimiento de nuestra posición, rumbos, triangulaciones...).
 - Perfiles.
 - Sacar rumbos entre diferentes puntos. Trasladar nuestro rumbo al mapa.

Primer Día

Contenidos teóricos en aula (mañana).

- Presentación de conceptos básicos de orientación en montaña.
- Tipos de mapas de montaña. Como identificar los principales accidentes del terreno en el mapa. Las curvas de nivel.
- Escalas. Diferentes escalas usadas en montaña.
- Cuadrículas. Tipos diferentes y su origen. Para que sirven. Sistemas de coordenadas.
- La brújula. Su funcionamiento. Tipos de nortes. Declinación.
- Ejercicios sobre accidentes del terreno. Ejercicios sobre rumbos y coordenadas.
- Perfiles.

Ejercicios prácticos sobre lo visto durante la mañana (tarde).

Durante la tarde realizaremos ejercicios prácticos sobre lo visto durante la mañana en las faldas del Pagasarri/Montefuerte.

Segundo Día

- Repaso de lo visto el anterior día.
- Ruta de orientación en grupo.
- Entrega de mapas de la zona.
- Presentación de la actividad in situ.
- Interpretación del mapa.
- Triangulación para establecer posición.
- Rumbos a seguir. Traslado de los rumbos al mapa.
- Distancias entre puntos.
- Intercambio de objetivos.
- Intercambio de opiniones.

Material y equipo necesario

Ropa adecuada para afrontar actividades de media montaña. A pesar de tratarse de un curso donde alternaremos la asistencia a clase con las prácticas al aire libre, conviene venir con ropa y calzado polivalente (sobre todo el segundo día).

***NOTA IMPORTANTE: La BGME cuenta con brújulas para quien no disponga de ella. Sin embargo, se recomienda acudir cada cual con la suya propia, para poder ir familiarizándose con la misma. La BGME no dispone de altímetros.**

Requisitos mínimos

No es necesario tener conocimientos de montaña ni escalada.

Es interesante venir con brújula y/o altímetro.

Precios

Curso	Federado vizcaíno	Precio para clubes	Federado no vizcaíno
Orientación	€ 52,5	35	€ 70

El grupo para el curso quedará cerrado una semana antes de la celebración del mismo.

El número de plazas máximas para el curso es de 16.

Nº de cuenta

3035 0071 64 0710024655

El precio incluye:

- Documentación específica del curso.
- Servicios del instructor.
- Material básico en caso de ser necesario.

El precio no incluye:

- Gastos de comida y alojamiento si fuese necesario.
- Transporte de los participantes.

AVISO:

- L@s instructores de la BGME se reservan el derecho a modificación del guión del curso sin previo aviso en función de las condiciones del medio y el nivel de l@s participantes.

- La duración del curso será de dos días.

Horarios: Sábado de 9:15-14:00 y de 15:30-19:00 (paramos para comer un bocadillo en el bar de debajo de la sede de Federación).

Domingo horario ininterrumpido a concretar el sábado (aprox. 9:30-17:00).