

CALENDARIO DE ACTIVIDADES: PREVISIÓN DE ACTIVIDADES C. P. MAYENCOS DE LA SECCIÓN DE ESQUÍ DE MONTAÑA TEMPORADA 2018 / 19

DICIEMBRE

FECHA	ACTIVIDAD
Sábados	Salidas largas.
Domingos	Salidas Iniciación. Salidas suaves para iniciar la temporada e ir recuperando sensaciones, a determinar en función de las condiciones de la nieve.
Sábado día 15 y Domingo día 16	<p><u>Curso de GPS y Wikiloc en el móvil II</u> Sábado 15 diciembre, a las 19h en el aula de CP Mayencos, explicación teórica.</p> <ul style="list-style-type: none"> Las personas que el año pasado no pudieran venir, podrán seguir igualmente esta formación Refrescaremos los conocimientos explicados la jornada del año pasado y se analizará el track de la salida del día siguiente. Cada uno llevará su dispositivo GPS (o un smartphone con GPS, con la app de wikiloc instalada) y aprenderá a cargar el track. <p><u>Domingo 16 de diciembre</u>: Salida de orientación, guiada con GPS.</p> <ul style="list-style-type: none"> Itinerario posible: Ibón de Escalar y Pico del Monje. La subida al pico del monje es opcional, ya que para ello habrá de llevarse piolet y crampones. Salida apta para ser realizada con raquetas, aunque se recomienda hacerla con esquís de travesía. Cada uno llevará su dispositivo GPS (o smartphone) con el track cargado el día anterior. <ul style="list-style-type: none"> Precio: 10€ por persona

ENERO

FECHA	ACTIIDAD
Sábado día 12 y Domingo día 13	<p><u>Formación A LURTE Jornada de auto rescate</u> Día 12 , de 7 a 8 de la tarde, en el aula del CP Mayencos Día 13, de 9 a 13 – 14h en Astún Precio: 25 € por persona</p>

ENERO

FECHA	ACTIIDAD
Viernes día 18 y Sábado día 19	<p><u>Curso de Técnicas de Descenso en esquí fuera de pistas NIVEL MEDIO (C-D).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Para esquiadores que dominan el viraje paralelo elemental en pista, pero necesitan mejorar su técnica para esquiar fuera de pista. Curso impartido por guías de alta montaña y profesores de esquí, de Aragón Aventura Programa: <ul style="list-style-type: none"> 09:00 a 14:30 horas (parada de descanso entre medio). 5 horas efectivas de clase práctica por día. 1 hora de teórica por la tarde del primer día. Filmación en video. Dossier de técnica en formato digital Lugares: Astún – Candanchú. Cupo: de 4 a 6 personas Precio especial para el Club Mayencos de 55 €/persona/día
Sábado día 26	<p><u>Jornada de revisión técnica de maniobras avanzadas de esquí de montaña para el Club Pirineísta Mayencos 2019: EL PROGRAMA SE ADAPTARÁ AL PERFIL MEDIO DEL GRUPO.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Lugar: Valle de Aspe – Acué – Circo de Lescún (en función de las condiciones). PODEMOS VARIAR EL SITIO SI SE QUIERE. Programa técnico: Maniobras avanzadas de cuerda en esquí de montaña, Rapeles con esquís, Pasamanos con esquís, Ayudas al compañero en ventisquero – rimaya, Aseguramiento al compañero en descenso: maniobra Saturno, Descensos encordados. Equipo personal: Equipo completo de esquí de montaña, DVA, pala y sonda, Arnés, casco, Cinta y dos mosquetones de seguridad, Crampones de acero y piolet de alpinismo y Equipamientos completo invernal. Si a alguno le falta parte de este material, que nos lo diga para coordinarlo con Aragón Aventura, que nos puede proporcionar lo que necesitamos. <u>Número de participantes: máximo 8.</u> Precio de la actividad: 25 €/persona
Los Sábados	<p>Paseos Midi d'Ossau y Valle de Arrousse. Pico Astún, Caillabet de Rebec y vuelta por Quarter de RebecCol Moines, cabaña la Glere y vuelta por Malacara Cabañas Arrousse.</p>
Sábados	Salidas largas
Domingos	Salidas Iniciación

FEBRERO

- A partir de febrero esperamos tener la montaña más cubierta de nieve y ya comenzaremos a programar salidas más largas, para hacer rutas o picos emblemáticos. Fechas y actividades a determinar en función de condiciones de nieve y meteorológicas. Para este año varios compañeros proponen:
- Hacer el Moncayo, si tenemos condiciones de nieve
- El Tablato, desde el Balneario de Panticosa
- Vuelta a los Batanes, desde el Balneario de Panticosa, pudiendo subir a uno de sus colmillos.
- Travesía circular de dos días desde Candanchú. Haciendo el primer día el Bisaurín, durmiendo en Lizara y el segundo día volver haciendo el Aspe
- El Aneto en el mes de Junio

Sábados - Salidas largas

Domingos - Salidas Iniciación

MARZO

FECHA	
Sábado día 16 y Domingo día 17	<u>Travesía Régil (Picos de Europa)</u>
	Continuaremos programando salidas más montaÑeras, para hacer diversas actividades, como alguna salida nocturna, o incluso ir a dormir en un iglú en una cima. Actividades y fechas a determinar en función de condiciones de nieve y meteorológicas.
Sábados	Salidas largas
Domingos	Salidas Iniciación

ABRIL

FECHA

- Salidas promocionales de esquí de travesía con los equipos de competición de alpino de Juveniles y otra con alevines. Voluntaria, fecha a determinar en función de carreras y buscando siempre un día con buena meteo.

ABRIL

FECHA

Domingo día 14	Campeonato de España de SKIMO, carrera organizada por ADECOM en Candanchú, para la que colaboramos con controles de altura
Del lunes día 15 al lunes día 22	<u>Travesía Silvererdda – Austria</u> - Travesía ideal para iniciarse a este tipo de rutas de alta montaña por etapas, tanto por los desniveles acumulados, como por la posibilidad de hacer alguna salida con mochila ligera, como por la dificultad técnica. No obstante, esa dificultad podría aumentarse en función el grupo que al final se apunte. - Si las condiciones lo permiten, se subirá el mítico Piz Buin (3.312m) - Posibilidad de viaje en avión, o en furgoneta (viaje en furgoneta incluido en el precio). - Precio, con guía de alta montaña, transfer y teleféricos internos necesarios para alguna etapa y refugios: entre 1.150 € y 1.350€, en función de si el grupo sale de 6, u 8 personas. Aparte viaje y seguro de asistencia en viaje y asistencia sanitaria.
Martes día 23	Salida en Honor a San Jorge. Se definirá el objetivo de ese día en función de las condiciones de la meteo y la nieve.
Sábado día 27 y Domingo día 28	<u>II encuentro de esquí de montaña organizado por CP Mayencos.</u> Actividad a la que invitaremos a los amigos del CAF Orthez y de la Regil
Sábados	Salidas largas
Domingos	Salidas Iniciación

II ENCUENTRO DE ESQUÍ DE MONTAÑA ORGANIZADO POR CP MAYENCOS

CIRCO DE LARRY (URDOS, FRANCIA)

27 Y 28 DE ABRIL DE 2019



buscando la esencia del esquí de montaña...

NOTA IMPORTANTE:

Intentaremos respetar en lo posible las fechas propuestas, pero las actividades programadas se deberán ajustar a la meteo y a las condiciones de la nieve, por lo que son susceptibles de cambios.

Para participar en las salidas del club hay que ser socio, estar federado y aceptar que se realizarán de forma espontánea, firmando el correspondiente documento. Las salidas organizadas por empresas de turismo activo, se regularán de acuerdo a la normativa legal aplicable.

Para recibir actualizaciones de todos los cambios, aseguraos de actualizar en la secretaría del club vuestro teléfono y vuestro mail.

Las notificaciones con todos los cambios y detalles de las actividades, así como la coordinación de todas las salidas, las enviamos por WhatsApp y por mail.

También se puede revisar nuestro blog, para conocer más sobre las actividades realizadas, incluso en años anteriores:

<http://jacaesquitravesia.inturmark.es/>

PENDIENTE DE PROGRAMAR:

Todavía no hemos podido programar actividades previstas para este año:

- Curso de primeros auxilios en montaña, en la EMMOE. Curso de mañana y tarde.

En cuanto tengamos más información os la hacemos llegar por mail y por WhatsApp.

MAYO

FECHA

Viernes día 03,
Sábado día 04 y
Domingo día 05

Salida de Esquí de Montaña fin de temporada al Neouvielle, con Aragón Aventura.

- Viernes: Viaje a Bielsa y subida por Francia al Chalet - Hotel de Oredón por la carretera (hasta donde se pueda). Cena y noche en el Refugio.

- Sábado: Travesía con esquís a la Hourquette d' Aubert - Lac Nère - Hourquette de la Madamette y Pic de la Madamette (es una de las múltiples posibilidades). Regreso al Chalet-Hotel de Oredon. Cena y noche en el refugio.

- Domingo: Travesía con esquís al Pico de Neouvielle (3.091 m) y descenso de nuevo al refugio. Regreso a casa.

- Precio: 310 €/persona para grupo de más de 6 personas, con 2 MP, transporte, Guía de Alta Montaña de Aragón Aventura, material técnico colectivo de seguridad y material personal que falte a los participantes (sujeto a disponibilidad)



Club Pirineísta Mayencos

Sección de Esquí de Montaña 2018-19

C/ Tierra de Biescas 10 bajos JACA
Tfno. 974 36 30 83
www.cpmayencos.org info@cpmayencos.org