

XORNADAS TÉCNICAS DE MONTAÑA

Orientación en Montaña e GPS Nivel I

28 e 29 de abril do 2018

Os percorridos en montaña teñen gran beleza e transcorren por lugares onde seguir a traxectoria deseñada pode ter unha gran dificultade, e ademais, tamén nos podemos atopar con cambios repentinos nas condicións meteorolóxicas, como a néboa, que nos dificultará seguir o percorrido previsto. Nada mellor que anticiparse a estas posibilidades e dispoñer de coñecementos de cartografía e orientación, que nos permitirán continuar coa nosa actividade.

**Nas páxinas seguintes:
Contido das xornadas, horarios,
material necesario, prezos, etc.**



XORNADAS DE TÉCNICAS DE MONTAÑA

- Orientación en Montaña – GPS -

Os percorridos en montaña teñen gran beleza e transcorren por lugares onde seguir a traxectoria deseñada pode ter unha gran dificultade, e ademais, tamén nos podemos atopar con cambios repentinos nas condicións meteorolóxicas, como a néboa, que nos dificultará seguir o percorrido previsto. Nada mellor que anticiparse a estas posibilidades e dispoñer de coñecementos de cartografía e orientación, que nos permitirán continuar coa nosa actividade.

OBXETIVO

Interpretar a información que nos da un mapa cartográfico e empregar elementos de orientación precisa como o compás e o GPS.

CONTIDOS

- ✓ Mapas cartográficos: interpretación de mapas, manexo de escalas, curvas de nivel, coordenadas xeográficas e UTM, norte xeográfico e magnético, posicionamento de elementos con compás, ...
- ✓ GPS de montaña: configuración e posibilidades de uso, waypoint, track, ruta ...
- ✓ Programas de descarga de rutas (diferenzas entre eles).
- ✓ GPS e PC. Utilización do BaseCamp.
- ✓ App para móvil "IGN mapas de España": configuración, creación de mapas, carga de rutas, ...
- ✓ Prácticas diúrnas, con mapas e GPS, e nocturnas, con GPS.

QUEN PODE INSCRIBIRSE ÁS XORNADAS

Tódalas persoas que teñan interese en desprazarse por un medio natural de montaña con máis seguridade.

Recomendable dispor de coñecementos básicos sobre a interpretación de mapas cartográficos.

QUEN IMPARTE O CURSO

Juanjo Lorenzo Veigas
Técnico Deportivo TD2 Media Montaña

Marcos Pérez Rivas
Experto en manexo de GPS e PC

DATAS: 28 e 29, abril do 2018

HORAS DE FORMACIÓN

Dezasete (17 h) , comezando o sábado de mañá e finalizando o domingo pola tarde.

LUGAR DE REALIZACIÓN

Montañas de Trevinca
Vilanova - A Veiga (OURENSE)

INSCRICIÓNS

Club de Montañismo "Montañas de Trevinca"

Telf. 616 546 972

Email. club@montanasetrevinca.es

AS XORNADAS INCLÚEN:

- ✓ Actividades teórico-prácticas. Se inclúe GPS e PC no caso de non telos.
- ✓ Seguro de accidentes para os *non federados*.
- ✓ Café do sábado mediodía e bebida quente o sábado pola noite.

AS XORNADAS NON INCLÚEN:

- ✓ Almorzos, xantares de campo e ceas do sábado e do domingo, que serán por conta de cada participante.
- ✓ Material necesario para a realización da teoría e práctica: teléfono móbil particular (aconsellable sistema Android), material para tomar notas.

MATERIAL ACONSELLABLE:

- ✓ GPS, PC (aconsellable sistema windows). Se facilitarán en caso de non telos.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 16 (máximo).

PREZO (por participante):

Con Licenza Federativa - 25 €

Sen Licenza Federativa - 35 €

MATERIAL NECESARIO PARA A ACTIVIDADE

PC portátil ou tablet. GPS (con cable de descarga ó PC). Regra, máximo 20 cm. Caderno de notas, lapis, goma de borrar. Teléfono móbil tipo Smartphone. (para non perder tempo, ter descargado no teléfono a APP "IGN mapas de España" en Play Store, e no PC BaseCamp (<http://www.garmin.com/es-ES/shop/downloads/basecamp>)).

EQUIPAMENTO NECESARIO PARA AS ACTIVIDADES DE CAMPO

Roupa de montaña de abrigo, e choiva, axeitadas para a época do ano e lugar de realización das prácticas. Botas de montaña (caña alta). Frontal, con baterías de reposto. Gorro. Gafas de sol. Crema solar. Mochila.

PROGRAMA

Sábado, día 28

09,30 a 11,00	Charla formativa: interpretación dos mapas topográficos e orientación con mapa. Preparación dun percorrido de orientación de corta distancia. Orientación precisa con mapa e compás.
11,00 a 11,30	Café.
11,30 a 12,30	Charla formativa: configuración GPS.
12,45 a 14,00	Saída práctica: orientación con mapa e GPS.
14,00 a 15,00	Comida de campo.
15,00 a 18,30	Continuación saída práctica: orientación con mapa e GPS.
18,30 a 20,30	Descanso.
20,30 a 22,00	Tempo para a cea.
22,00 a 24,00	Saída práctica: orientación nocturna con GPS.

Domingo, día 29

09,30 a 14,00	Saída práctica. Zona "Lagoas Glaciares".
14,00 a 15,00	Comida de campo.
15,00 a 17,00	Continuación coas prácticas e retorno ao punto de partida.
17,00 a 17,30	Conclusións finais. Clausura.