

Escuela de montaña en el Pirineo de Huesca

Cursos impartidos por guías profesionales, con años de experiencia en cada especialidad.

Si no dispones de material, consulta nuestro material de alquiler: arnés, casco, botas, esquís, raquetas, bastones, piolets, crampones, Arva, pala y sonda, disipadore, mochila, etc..

Alpinismo I
Alpinismo II
Raquetas y Arva
Escalada en hielo
Esquí de travesía
Esquí de fondo
Montañismo invernal

GPS y brújula
Crestas
Escalada en roca
Escalada clásica
Barrancos I
Barrancos II
Montañismo estival

Consulta las fechas de los próximos cursos o propón las fechas que tú quieras. Grupos reducidos a partir de dos personas.

Objetivo:

Ampliar conocimientos y recursos técnicos para progresar de forma autónoma por terreno de dificultad catalogada como AD. Dirigido a personas con experiencia previa en montañismo invernal y escalada en roca.

Contenidos:

- Planificación, interpretación del medio y alimentación.
- Nivología. Prevención y actuación en caso de aludes.
- Repaso de nudos.
- Autoseguro y autodentención.
- Anclajes en hielo, nieve y roca.
- Aseguramiento dinámico.
- Rápel sobre hielo y nieve.
- Progresión en cordada (ensamble, crestas y aristas)
- Introducción al piolet tracción.
- Introducción al terreno glaciar.
- Peligros en alta montaña.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 4 alumnos máximo por profesor.

Época: de Enero a Junio según condiciones.

Equipo obligatorio:

Bota rígida, ropa adecuada para el invierno, mochila 30l-40l, 2 pares de guantes, gorro, chaqueta para el viento y la lluvia, material técnico de montaña (piolet, crampones, arnés, casco,...), gafas de sol, crema solar, víveres y agua.

Equipo específico:

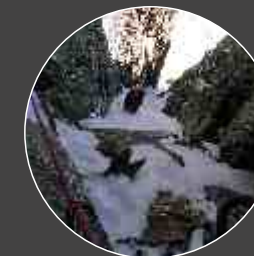
Se podrá alquilar el material en nuestro establecimiento, con descuentos para los alumnos entre un 20 y un 40% (piolets, crampones, arneses, botas, raquetas de nieve, cascos, arva, pala y sonda, etc,...) con previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa: 1 persona: 250€/ persona y día
2 personas: 150€/ persona y día.
3 personas: 125€/ persona y día.
4 personas: 115€/ persona y día.



Objetivo:

Ampliar conocimientos y recursos técnicos para progresar de forma autónoma por terreno de dificultad catalogada como D.

Dirigido a personas con experiencia previa en montañismo invernal y escalada en roca.

Contenidos:

- Anclajes en nieve, hielo y roca.
- Técnicas de progresión con cuerda.
- Rapeles de fortuna y abandono de rutas.
- Encordamiento glaciar.
- Nudos y técnicas básicas de rescate.
- Nivología. Prevención y actuación en caso de aludes (repasso).
- Sistemas de graduación.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 2 alumnos máximo por profesor.

Época: de Enero a Junio según condiciones.

Equipo obligatorio:

Bota rígida, ropa adecuada para el invierno, mochila 30l-40l, 2 pares de guantes, gorro, chaqueta para el viento y la lluvia, material técnico de montaña (piolet, crampones, arnés, casco,...), gafas de sol, crema solar, víveres y agua.

Equipo específico:

Se podrá alquilar el material en nuestro establecimiento, con descuentos para los alumnos entre un 20 y un 40% (piolets, crampones, arneses, botas, raquetas de nieve, cascos, arva, pala y sonda, etc,...) con previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa: 1 persona: 255€/ persona y día
2 personas: 175€/ persona y día.



Objetivo:

Adquirir los conocimientos y dominar las técnicas básicas para que los deportistas puedan moverse con autonomía y seguridad por la montaña en invierno a fin de poder realizar excursiones y ascensiones sencillas.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Progresión en diferentes terrenos nevados.
- Técnicas de uso de los bastones.
- Autodetención.
- Repaso de orientación.
- Construcción de refugios en la nieve.
- Observación del manto nivoso.
- Uso del ARVA, pala y sonda y prácticas de localización.
- Peligros de la montaña invernal.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 8 alumnos máximo por profesor.

Época: de Noviembre a Mayo según condiciones.

Equipo obligatorio:

Bota de montaña, ropa adecuada para el invierno, mochila 30l-40l, 2 pares de guantes, gorro, chaqueta para el viento y la lluvia, gafas de sol, crema solar, víveres y agua.

Equipo específico:

Raquetas de nieve, bastones, ARVA, pala y sonda. Se prestará a los alumnos el material del que no dispongan, pero no equipamiento personal (calzado, ropa), siempre con reserva previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa:

- 1 persona: 116€/ persona y día
- 2 personas: 65€/ persona y día.
- 3 personas: 60€/ persona y día.
- 4 a 8 personas: 58€/ persona y día.



Objetivo:

Conocer las técnicas básicas de progresión y aseguramiento en la escalada en hielo. Está dirigido a personas con experiencia previa en montañismo invernal y escalada en roca.

Contenidos:

- Conocimiento del medio.
- Equipo y material.
- Técnica gestual básica.
- Progresión en hielo.
- Anclajes en hielo y nieve.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 3 alumnos máximo por profesor.

Época: invierno según condiciones.

Equipo obligatorio:

Bota rígida, ropa adecuada para el invierno, mochila 30l-40l, 2 pares de guantes, gorro, chaqueta para el viento y la lluvia, gafas de sol, crema solar, víveres y agua.

Equipo específico:

Se podrá alquilar el material en nuestro establecimiento, con descuentos para los alumnos entre un 20 y un 40% (piolets, crampones, arneses, raquetas de nieve, cascos, arva, pala y sonda, etc,...) con previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa: 1 persona: 250€/ persona y día
2 personas: 150€/ persona y día.
3 personas: 125€/ persona y día.



Objetivo:

Conocer las diferentes técnicas de progresión y seguridad en esquí de montaña. Recomendado para personas sin conocimientos previos de esquí de montaña pero con dominio del "paralelo".

Contenidos:

- Equipo y material.
- Técnicas de progresión en ascenso.
- Técnicas de progresión en descenso.
- Peligros en la montaña.
- Manejo de ARVA, pala y sonda.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 6 alumnos máximo por profesor.

Época: de Noviembre a Mayo según condiciones.

Equipo obligatorio:

Equipo de esquí de montaña completo (botas, tablas, pieles de foca, cuchillas, bastones y casco) y de seguridad (arva, pala y sonda), mochila de 30L aproximadamente, gafas de sol, crema solar, guantes, gorro, víveres y agua.

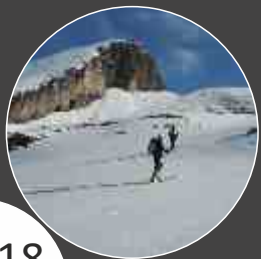
Equipo específico:

Se podrá alquilar el material en nuestro establecimiento, con descuentos para los alumnos entre un 20 y un 40% (tablas, pieles de foca, bastones, botas, cascos, arva, pala y sonda, etc,...) con previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.
NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa: 1 persona: 250€/ persona y día
2 personas: 150€/ persona y día.
3 personas: 125€/ persona y día.
4 a 6 personas: 115€/ persona y día.



Objetivo:

Adquirir los conocimientos y dominar las técnicas básicas para que los deportistas puedan moverse con autonomía y seguridad por la montaña en invierno a fin de poder realizar ascensiones e itinerarios sencillos.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Progresión en terreno nevado.
- Técnicas de piolet y crampones.
- Autodetención.
- Talla de peldaños.
- Repaso de orientación.
- Observación del manto nivoso.
- Peligros de la montaña invernal.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 6 alumnos máximo por profesor.

Época: de Noviembre a Mayo según condiciones.

Equipo obligatorio:

Bota rígida, ropa adecuada para el invierno, mochila 30l-40l, 2 pares de guantes, gorro, chaqueta para el viento y la lluvia, material técnico (piolet, crampones, arnés, casco), gafas de sol, crema solar, víveres y agua.

Equipo específico:

Se podrá alquilar el material en nuestro establecimiento, con descuentos para los alumnos entre un 20 y un 40% (piolets, crampones, arneses, botas, raquetas de nieve, cascos, arva, pala y sonda, etc,...) con previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa:

- 1 persona: 250€/ persona y día
- 2 personas: 150€/ persona y día.
- 3 personas: 125€/ persona y día.
- 4 a 6 personas: 115€/ persona y día.



Objetivo:

Adquirir los conocimientos y dominar las técnicas básicas para que los deportistas puedan orientarse por la montaña, para poder progresar con mayor seguridad en situaciones de mala visibilidad.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Planificación de la actividad.
- Cartografía básica.
- Mapa y brújula.
- GPS.
- Introducción al Compe GPS.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 8 alumnos máximo por profesor.

Época: todo el año.

Equipo obligatorio:

Calzado de montaña, mochila de 30 a 40l, ropa adecuada según estación, chaqueta para el viento y la lluvia, gorra, crema solar, gafas de sol.

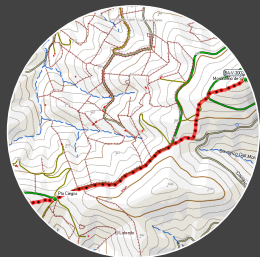
Equipo específico:

Los alumnos deberán traer brújula, cartografía del Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido, GPS y ordenador propio. Se recomienda traer instalado el Compe GPS o similar.

Incluye:

Instructor titulado, transporte, seguro de asistencia y responsabilidad civil.
NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa: 1 persona: 116€/ persona y día
2 a 8 personas: 65€/ persona y día.



Objetivo:

Escalar de forma autónoma en terreno de montaña de carácter alpino en temporada estival. Está dirigido a personas que están acostumbrados a realizar montañismo o escalada.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Encordamiento y aseguramiento.
- Anclajes en roca.
- Progresión en crestas.
- Rápel en montaña.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 4 alumnos máximo por profesor.

Época: de Marzo a Noviembre según condiciones.

Equipo obligatorio:

Pies de gato, botas de montaña o zapatillas de montaña, ropa adecuada para la época (cortavientos, forro polar, ...), mochila de 20-30l, gafas de sol, crema solar, víveres y agua.

Equipo específico:

Arnés y casco. Se prestará a los alumnos el material del que no dispongan, pro no el equipamiento personal (calzado y ropa).

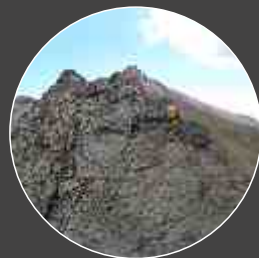
Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa:

- 1 persona: 250€/ persona y día
- 2 personas: 150€/ persona y día.
- 3 personas: 125€/ persona y día.
- 4 personas: 115€/ persona y día.



Objetivo:

Escalar en cabeza de cuerda vías deportivas equipadas de uno o varios largos con seguridad y autonomía.

Contenidos bloque I:

- Equipo y material.
- Pre calentamiento y prevención.
- Técnica gestual básica.
- Aseguramiento del primero y en polea.
- Vías de descuelgue.
- Escala de dificultad.
- Rápel.

Contenidos bloque II:

- Conceptos de seguridad y fuerzas aplicadas a la escalada.
- Peligros objetivos y subjetivos.
- Planificación.
- Maniobras específicas.
- Vías equipadas de varios largos.
- Rápel.
- Interpretación de croquis y guías.

Duración: 2 jornadas cada bloque.

Ratio: 6 alumnos máximo por profesor.

Época: todo el año.

Equipo obligatorio:

Pies de gato, botas de montaña o zapatillas de montaña, ropa adecuada para la época (cortavientos, forro polar, ...), mochila de 30-40l, gafas de sol, crema solar, víveres y agua. Arnés y casco. Se prestará a los alumnos el material del que no dispongan, pero no el equipamiento personal (calzado y ropa).

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, manual técnico como documentación del curso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa:

BLOQUE I

BLOQUE II

1 persona: 250€/ persona y día

2 personas: 150€/ persona y día.

3 personas: 125€/ persona y día.

4 a 6 personas: 115€/ persona y día.

1 persona: 250€/ persona y día

2 personas: 150€/ persona y día.

3 personas: 125€/ persona y día.

4 a 6 personas: 115€/ persona y día.



Objetivo:

Escalar en cabeza de cuerda en vías semiequipadas o no equipadas, de uno o varios largos con seguridad y autonomía.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Conceptos de seguridad y fuerzas aplicadas en la escalada.
- Peligros objetivos y subjetivos.
- Planificación.
- Maniobras específicas.
- Vías de varios largos.
- Rápel.
- Interpretación de croquis y guías.
- Introducción a la escalada artificial.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 6 alumnos máximo por profesor.

Época: todo el año.

Equipo obligatorio:

Pies de gato, botas de montaña o zapatillas de montaña, ropa adecuada para la época (cortavientos, forro polar, ...), material específico (arnés, cuerda, casco, friends, fisureros, cintas exprés, mosquetones HMS, cordinos, cintas, etc,...) mochila de 30-40l, gafas de sol, crema solar, víveres y agua.

Se prestará a los alumnos el material del que no dispongan, pero no el equipamiento personal (calzado y ropa).

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa:

- 1 persona: 250€/ persona y día
- 2 personas: 150€/ persona y día.
- 3 personas: 125€/ persona y día.
- 4 a 6 personas: 115€/ persona y día.



Objetivo:

Ampliar conocimientos y recursos técnicos para progresar de forma autónoma por barrancos. Dirigido a personas con un mínimo de forma física y de conocimiento de manejo de cuerdas para tener un mayor aprovechamiento del curso, pero no es imprescindible.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Planificación de la actividad.
- Interpretación del medio.
- Interpretación de reseñas.
- Técnicas de progresión sin cuerda.
- Técnicas de progresión con cuerda.
- Aguas vivas.
- Técnica de rápel.
- Maniobras básicas de autorrescate.
- Nudos básicos.
- Sistemas de graduación.
- Recursos: botiquín.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 6 alumnos máximo por profesor.

Época: de Mayo a Octubre según condiciones.

Equipo obligatorio:

Mochila de barrancos, arnés, casco, traje de neopreno y zapatillas deportivas con cordones, bañador, crema solar, camiseta sintética o térmica, víveres y agua

Equipo específico:

Se podrá alquilar el material en nuestro establecimiento, con descuentos para los alumnos entre un 20 y un 40% siempre que se realice con previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa: 1 persona: 180€/ persona y día
2 personas: 122€/ persona y día.
3 personas: 97€/ persona y día.
4 a 6 personas: 87€/ persona y día.



Objetivo:

Ampliar conocimientos y recursos técnicos para progresar de forma autónoma por barrancos de nivel II. Dirigido a personas con buena forma física y, con conocimientos técnicos y experiencia en descenso de barrancos de nivel I.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Planificación de la actividad.
- Interpretación del medio.
- Interpretación de reseñas.
- Técnicas de progresión con cuerda.
- Aguas vivas.
- Técnica de rápel.
- Maniobras de autorrescate.
- Nudos.
- Sistemas de graduación.
- Recursos: repaso botiquín.

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 6 alumnos máximo por profesor.

Época: de Mayo a Octubre según condiciones.

Equipo obligatorio:

Mochila de barrancos, arnés, casco, traje de neopreno y zapatillas deportivas con cordones, bañador, crema solar, camiseta sintética o térmica, víveres y agua

Equipo específico:

Se podrá alquilar el material en nuestro establecimiento, con descuentos para los alumnos entre un 20 y un 40% siempre que se realice con previo aviso.

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa: 1 persona: 227€/ persona y día
2 personas: 125€/ persona y día.
3 personas: 100€/ persona y día.
4 a 6 personas: 90€/ persona y día.



Objetivo:

Adquirir los conocimientos y dominar las técnicas básicas para que los deportistas puedan moverse con autonomía y seguridad por la montaña a fin de poder realizar ascensiones e itinerarios de pequeña o mediana dificultad.

Contenidos:

- Equipo y material.
- Planificación de la actividad.
- Orientación básica.
- conocimiento y prevención de riesgos en montaña.
- Repaso de nudos. Rápel.
- Aseguramiento y manejo básico de la cuerda.
- Utilización de distintos sistemas de anclaje y seguros.
- Crestas y otros terrenos de dificultad baja-media.
- Técnicas de progresión en terrenos variados.
- Técnicas básicas en la nieve (según condiciones)

Duración: 2 jornadas.

Ratio: 6 alumnos máximo por profesor.

Época: de Abril a Noviembre según condiciones.

Equipo obligatorio:

Calzado de montaña, mochila de 30 a 40l, ropa adecuada según estación, chaqueta para el viento y la lluvia, gorra, crema solar, gafas de sol.

Equipo específico:

Se prestará a los alumnos el material del que no dispongan (casco, arnés, etc,...), pero no equipamiento personal (calzado, ropa), siempre y cuando se reserve con previo aviso.

Incluye:

Instructor titulado, seguro de asistencia y responsabilidad civil, material técnico reservado con previo aviso.

NO INCLUYE: alojamiento, agua y comida.

Tarifa:

- 1 persona: 250€/ persona y día
- 2 personas: 150€/ persona y día.
- 3 personas: 125€/ persona y día.
- 4 a 6 personas: 115€/ persona y día.



Experiencias inolvidables todos los días.

tu experiencia
en Pirineos

Actividades de naturaleza,
agua, nieve y montaña
durante todo el año.

solomonte.com

Auda. Pineta s/n.
22363 Escalona (Huesca)

+34 617 995 434

info@solomonte.com

