

## INSCRIPCIONS

A la seu social de la Federació Catalana d'Espeleologia, els dilluns i dimecres de 19 a 21h i dimarts, dijous i divendres de 10 a 14h.

Federació Catalana d'Espeleologia:

C/Girona, 78 pral. 1-2,

08009 – BARCELONA,

Telèfon: 932 652 241,

Fax: 932 653 283.

Correu electrònic: [fce@espeleo.cat](mailto:fce@espeleo.cat)

Les inscripcions definitives al curs seran acceptades per rigorós ordre d'inscripció.

**Període d'inscripcions fins el dia 10 de maig de 2010**

## COORDINADORA DEL CURS

Susanna Salazar

Telèfon: 699 449 079

Correu electrònic:

[salazarsusanna@yahoo.es](mailto:salazarsusanna@yahoo.es)

Patrocinadors:



**B** esports



Col.laboradors:



Amb el suport de:



UNIO DE FEDERACIONS  
ESPORTIVES DE CATALUNYA

Dona i esport

# Dona: Espeleologia i Canyons

**1ES JORNADES DE  
TECNIFICACIÓ EN  
ESPELEOLOGIA**

**15 I 16 DE MAIG DE  
2010**



federació  
catalana  
d'espeleologia

DONA  
ESPELEOLOGIA  
I CANYONS



Club Excursionista  
de Gràcia

FEDERACIÓ CATALANA D'ESPELEOLOGIA  
2010

Dins les activitats previstes durant aquest any 2010 per a les 1es Jornades Catalanes de *Dona: Espeleologia i Canyons*, s'ha convocat aquest curs de tecnificació en espeleologia.

Aquest curs està adreçat a totes aquelles dones federades que practiquen l'activitat de l'espeleologia oferint-li l'oportunitat de conèixer, ampliar i practicar els coneixements i criteris més actuals d'aquesta disciplina esportiva sobretot referits a la progressió i instal·lació de cavitats.

Així doncs, us convidem a què amplieu els vostres coneixements amb aquest curs que us oferim des de la comissió Dona. Espeleologia i Canyons.

## PROGRAMA

### 15 de maig de 2010:

- 8'30h - Rebuda dels participants
- 9'00h - Presentació de les jornades
- 9'30h - Xerrada : Tècniques de progressió per cavitats.
- 10'30h - Pràctica : Progressió per corda i material personal
- 13'30h - Dinar
- 15'30h -Xerrada: Tècnica d'instal·lació I
- 16'30h - Pràctica: Tècniques d'instal·lació
- 19'30h - Xerrada: Tècnica d'instal·lació II
- 20'30h - Fi jornada

### 16 de maig de 2010:

- 9'00h - Rebuda participants
- 10'00h - Pràctica d'instal·lació en una cavitat mitjana del massís Garraf
- 18'00h - Trobada al centre cívic Olesa de Bo- nesvalls
- 18'30h Clausura de les jornades de tecnificació

Les activitats del dissabte es duran a terme a la seu del Club Excursionista de Gràcia al Passatge Mulet, 4 de Barcelona (al costat de la parada de metro de Fontana o la dels FFG de Plaça Molina)

## + INFORMACIÓ:

Cristina Xifra  
Telèfon: 687 807 491  
Correu electrònic:  
[cxifra@gmail.com](mailto:cxifra@gmail.com)

La direcció es reserva el dret de modificar el programa del curs si les circumstàncies així ho aconsellen.

## MATRÍCULA

El preu de la matrícula és de 15 € que inclou: material didàctic, documentació i material col·lectiu.

Estar en possessió de la llicència de la Federació Catalana d'Espeleologia.

El curs es realitzarà amb un màxim de quinze participants.

Es pot trobar el full d'inscripció així com informació complementària, a l'apartat de descàrregues de la pàgina web de la Federació Catalana d'Espeleologia i a la correspondent a l'esdeveniment:

[www.espeleologia.cat](http://www.espeleologia.cat)

## REQUISITS:

Per poder participar en aquest curs cal:

Tenir els 18 anys.

Ser dona.

Tenir la llicència federativa de la FCE de l'any en curs.

Disposar del material de progressió vertical propi.

Per formalitzar la matrícula cal aportar el full de matrícula ben omplert, adjuntant la documentació requerida.