

FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO

IXARSO-SKIMO



La FAM, tiene por objeto la promoción y desarrollo de los deportes de montaña en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Aragón, en las modalidades y especialidades de los deportes de montaña recogidos en sus estatutos, siendo el esquí de montaña una de esas especialidades.

Actualmente esta especialidad es una de las que mayor complejidad técnica conlleva, y siendo conscientes de la dificultad de acceso a este deporte por parte de padres y deportistas en edades tempranas, queremos acercar esta especialidad a estos para poder adelantar todo el aprendizaje técnico necesario para poder realizar actividades y elevar el nivel deportivo de sus practicantes.

En esta temporada 2017 la Federación Aragonesa de Montañismo crea una nueva actividad de iniciación al esquí de montaña para los más pequeños: **Ixarso-Skimo** siendo sus objetivos dotar a los alumnos de recursos técnicos en ascenso y en descenso, el adelantar el tránsito del deportista desde la iniciación al deporte de alto nivel, aumentar la práctica deportiva en esta especialidad en edades tempranas y dar a conocer las actividades del Grupo de Tecnificación de Esquí de Montaña de la FAM.

Ixarso-Skimo // Con la colaboración de:



Requisitos generales de los participantes

Para poder participar en las actividades, deberán cumplirse estos requisitos:

1. Pertener a un club adherido a la FAM
2. Estar federado en la FAM en la modalidad B o superior en la fecha de la actividad y tener el suplemento de esquí
3. Tener los 12 años cumplidos y tener menos de 18 años
4. Cumplimentar y presentar la autorización paterna adjunta
5. Estar avalado por el club de montaña donde pertenece el participante
6. Nivel de esquí de pista: viraje fundamental pistas rojas

Personal Técnico

Las actividades estarán dirigidas por Fernando Navarro, Técnico Deportivo Superior en Esquí de Montaña y responsable técnico del equipo de esquí de montaña de la Guardia Civil, además de tener un excepcional currículum deportivo en actividades relacionadas con el esquí de montaña.

Estará acompañado por los técnicos del Grupo de Tecnificación de Esquí de Montaña de la FAM (Técnico Deportivo Superior en Alta Montaña) y/u otro personal especialista que la FAM estime oportuno.

Ixarso-Skimo // Con la colaboración de:



Será recomendable que los deportistas estén acompañados en todo momento por un monitor de esquí de montaña del club a donde pertenece el participante (1 monitor por club) y al menos por un tutor legal.

Actividades

Esta primera actividad se desarrollará en las siguientes fechas y localizaciones

- 11 y 12 de marzo de 2017, Candanchú

Inscripciones

- Las inscripciones se realizarán en www.fam.es, estando abierto el plazo de inscripción hasta el martes 7 de marzo a las 24h.
- Los técnicos de la actividad seleccionarán a los deportistas participantes, a quienes convocarán y comunicarán lugar y hora de encuentro.

Gastos

La FAM costeará con los gastos de los participantes de una jornada en régimen de media pensión en un alojamiento de la zona (por decidir en función de los participantes), así como los pases para acceder a las instalaciones de los deportistas y la formación. A aquellos deportistas que tengan alojamiento en la zona o vayan a alojarse con sus acompañantes pueden hacerlo así siempre que acudan a todas las actividades programadas (prácticas y teóricas) la FAM no les cubrirá los gastos de alojamiento.

No están incluidos los costes derivados del transporte, material, comidas y cualquier otro no especificado.

Material necesario

Los deportistas participantes deberán aportar el siguiente material técnico:

- Equipo completo de esquí de montaña (tablas, fijaciones, pieles de foca, cuchillas recomendables, botas, bastones)
- Casco
- Silbato (recomendable)
- Manta térmica (recomendable)
- Crema de sol y cacao
- Gafas de sol y de ventisca
- 3 pares de guantes
- Mochila

Ixarso-Skimo // Con la colaboración de:

- Comida y bebida para las actividades
- Ropa específica para la práctica del esquí de montaña

El material necesario será comunicado previamente a los participantes seleccionados.

Contenidos

- Introducción al esquí de montaña
- Progresión: técnica de ascenso y descenso
- Material y equipamiento

Desarrollo de la actividad

Durante la mañana del sábado y domingo se realizarán sesiones prácticas de ajuste, progresión y manejo del material de esquí de montaña, realizando ejercicios y trabajo de técnica.

Los técnicos responsables de los clubes presentes tendrán una charla explicativa sobre el proyecto de la Escuela de Esquí de Montaña de la FAM.

La actividad se dará por finalizada el domingo después de comer.



Ixarso-Skimo // Con la colaboración de: