



FEDERACIÓN  
ARAGONESA  
DE MONTAÑISMO



# #YoMeQuedoEnCasa

## Planifica tus salidas post-Covid-19

### Planifica tus salidas post Covid-19

Todavía nos queda un período indeterminado de confinamiento en el que no vamos a poder hacer nuestras deseadas salidas al monte, pero sí podemos aprovechar este tiempo para planificar adecuadamente nuestras futuras excursiones, indagar sobre nuevos destinos incluso hacer ya reservas en alojamientos montañosos que, sin duda, van a estar muy solicitados en los meses venideros. Hoy te lanzamos tres propuestas, vendrán más. [Leer más](#)



# NOTICIAS

## Resolución de las becas FAM a deportistas

Una vez transcurrido el plazo de presentación y la revisión de la documentación, la FAM publica la lista de las personas que han obtenido una beca por sus resultados deportivos en 2019. [Leer más](#)



# NOTICIAS

## Cursos gratuitos sobre seguridad y buenas prácticas medioambientales abiertos a todo el mundo

Desde la FAM, dando respuesta a la motivación del colectivo montañero, que estos días de #YoMEQuedoEnCasa está especialmente motivado con la formación virtual, hemos preparado un acceso para invitados a los cursos virtuales de seguridad que esta federación desarrolla online para sus federados desde hace dos años. [Leer más](#)



COMUNICADO COVID-19

CSD

COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑOL

## Entrenamiento de deportistas durante el Estado de Alarma

La Sociedad Española de Medicina del Deporte, la Agencia de Protección de la Salud en el Deporte, el Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos de España y el Consejo Superior de Deportes han efectuado recomendaciones para el **entrenamiento de deportistas** durante el Estado de Alarma. [Leer más](#)



# #YoMeQuedoEnCasa

## Saludo a todo el colectivo FAM

En estos días tan complicados por la epidemia del Covid-19, desde la Federación Aragonesa de Montañismo queremos mandar a todos los integrantes del colectivo federado un mensaje de ánimo. [Leer más](#)



# #YoMeQuedoEnCasa

# Aprovecha para formarte

## Una oportunidad para formarse

Estar confinado en casa nos ofrece una buena oportunidad para adquirir, refrescar o consolidar conocimientos sobre montañismo, sobre cómo podemos disfrutar de nuestras salidas y practicar los deportes de montaña con seguridad. Propuestas como los **11 cursos online** de FAM-Montaña Segura y la propia web de ese programa, las 'Cápsulas formativas' de la Escuela Española de Alta Montaña (EEAM) o las opciones de formación como Técnico Deportivo de Montaña (TDM). [Leer más](#)



## Funcionamiento de las oficinas FAM y Covid-19

ACTUALIZACIÓN DE HORARIOS DE ATENCIÓN. Mientras dure el estado de alarma y así las autoridades sanitarias lo requieran, **NO habrá atención presencial**. Todas las consultas se realizarán por mail, o bien por telefono en el siguiente horario: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes de 11:00 a 13:30. [Leer más](#)





## Refugios FAM y Covid-19

En espera de lo que puedan comunicar las autoridades competentes, la FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO ha decidido no prestar servicios de alojamiento y manutención en sus refugios de montaña durante el mismo periodo que el Gobierno de Aragón ha establecido para el cierre de los centros educativos. [Leer más](#)



Realiza:



FEDERACIÓN  
ARAGONESA  
DE MONTAÑISMO

Patrocina:



GOBIERNO  
DE ARAGON

Federación Aragonesa de Montañismo  
C/. Albareda 7, 4º 4ª - 50004 - Zaragoza - ESPAÑA  
Teléfono: 976227971 Fax: 976212459 [fam@fam.es](mailto:fam@fam.es)

¿Quieres seguir recibiendo estos emails o darte de baja?

[Actualiza tus preferencias](#) o [Darse de baja de esta lista](#).