

[Ver este correo en su navegador](#)



### Boletín de noticias

Contenidos enlazados a nuestra web



#### CAMPUS DE INICIACIÓN A LA ALTA MONTAÑA INVERNAL

Desde los comités de Alta Montaña y Deporte en Edad Escolar e Iniciación de la Federación Aragonesa de Montañismo proponemos el **CAMPUS DE INICIACIÓN A LA ALTA MONTAÑA INVERNAL** a desarrollar en el **refugio Casa de Piedra**. Esta actividad está destinada a jóvenes de 14 a 17 años con licencia FAM que deseen conocer las posibilidades que ofrece la montaña para la práctica del senderismo en invierno, así como las distintas modalidades y técnicas de progresión por terrenos nevados (raquetas, esquís, crampones). Otro de los aspectos importantes a tratar durante estas jornadas es conocer las peculiaridades y peligros que podemos encontrar en terrenos nevados y durante la época invernal; como pueden ser las bajas temperaturas o el menor número de horas de luz, con el fin de mejorar nuestra seguridad. [Leer más](#).



#### XIV MARCHA SENDERISTA DE PRIMAVERA DEL MAESTRAZGO

El 26 de mayo la Comarca del Maestrazgo organiza la andada popular **XIV Marcha Senderista de Primavera del Maestrazgo**, con salida y llegada a Castellote. Todos los recorridos saldrán a las 9:00 horas desde el paseo de la mina/pabellón polideportivo. Se deberá haber recogido previamente la bolsa de participante y acreditar tu nombre en la mesa de control. Los senderistas saldrán tras los corredores del Trail puesto que compartimos recorridos con ellos en esta edición y localidad. **RECORRIDOS:**  
20 km (LARGA) Wikiloc | Ruta Territorio TMR  
10 km (CORTA) Wikiloc | Ruta TMR 2025 Trail Barranco de Seno  
6 km (INFANTIL/ADAPTADA) Wikiloc | Ruta Pocioico ida y vuelta. [Leer más](#)



#### SENDERISMO CON SEGURIDAD

Si vas a salir al medio natural caminando deberás tener en cuenta estos consejos básicos. Practicar montañismo, excursionismo o **senderismo con seguridad** no es difícil, pero recuerda que en el medio natural gran parte de lo que te suceda depende de ti, de tus acciones y decisiones, así que por tu disfrute y el de quienes te acompañan nunca olvides seguir estos tres sencillos pasos:  
PLANIFICA la actividad.  
Escoge la actividad adecuada a la experiencia del grupo  
Calcula el horario previsto, distancias y desniveles que debes superar  
Consulta la previsión meteorológica  
Prepara un plan alternativo por si tienes que acortar la actividad  
Avisa adónde vas y el horario en el que tienes previsto regresar. [Leer más](#)



#### MOCHILAS FAM

Consigue tu mochila Altus o Izas personalizada con el logotipo de la FAM. Hay disponibles diferentes modelos según la actividad que sueles realizar. Estos son los modelos:  
- Mochila ALTUS, modelo EDELWEISS H30, Mochila técnica para excursiones y travesías de esquí de un día con cubre mochila, compartimento interno para bolsa de hidratación y cintas frontales porteo esquís cruzados. La nueva Edelweiss H30, mantiene todos los aspectos de la clásica Edelweiss que han hecho de esta mochila un indispensable. Se ha mejorado el tejido, haciéndola más ligera y de igual resistencia. La mochila sigue teniendo sus correas ocultas para portear los esquís cruzados. En el frontal tenemos una cinta para portear materiales y soporte para los bastones. El bolsillo delantero nos da opción a guardar objetos de dimensiones más pequeñas y la riñonera tiene un bolsillo en cada lado para guardar objetos pequeños al que poder tener acceso de manera rápida... [Leer más](#)



#### CONVOCATORIA RECICLAJE AGUAS VIVAS BARRANQUISMO

La FAM tiene por objeto la promoción y desarrollo de los deportes de montaña en Aragón, en las modalidades y especialidades recogidos en sus estatutos, siendo el BARRANQUISMO una de esas especialidades. Estas jornadas técnicas sirven de reciclaje, repaso y puesta en práctica de nuevos conocimientos, que la evolución de este deporte desarrolla a lo largo y ancho del mundo. Para que los miembros de la EAM, que desarrollan sus funciones dentro de la FAM y en los clubes adscritos a la misma, tengan la mayor competencia posible, se cree muy conveniente la existencia de este tipo de jornadas que redundan en una mejor técnica y una mayor destreza a la hora de realizar las labores propias de los miembros de la EAM. [Leer más](#)



#### RUTA CIRCULAR DE ALQUÉZAR A ASQUE

Enlazando los senderos de Gran Recorrido GR 11 y GR 45, más el Camino Natural del Somontano de Barbastro, la ruta discurre por un territorio agreste, de roca caliza y conglomerado, y se asoma a los estrechos del río Vero en el entorno de Alquézar, cruzando sus aguas a través de algunos de los puentes medievales más emblemáticos de la comarca. [Leer más](#)



Realiza:



Patrocina:



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

¿Quieres seguir recibiendo estos emails o darte de baja?  
[Actualiza tus preferencias](#) o [Darte de baja de esta lista](#)