



OBJETIVOS

- Aproximarse al conocimiento del senderismo inclusivo a través de la silla de montaña Joelëtte.
- Conocer las características de la silla de montaña y aprender a montarla y desmontarla como a pilotarla.
- Adquirir los conocimientos básicos de seguridad y progresión en el medio natural para rutas con Joelëtte.
- Conocer los aspectos básicos a tener en cuenta con personas con discapacidad en la realización de actividades con silla Joelëtte.

DESTINATARIOS

Deportistas federados/as con interés por el montañismo inclusivo y adaptado, concretamente en la modalidad de senderismo inclusivo.

REQUISITOS PREVIOS DEL ALUMNADO

El alumnado deberá:

- Estar en posesión de la licencia FEDME 2022
- Ser mayor de edad

MODALIDAD

Este curso es 100% presencial. Se llevará a cabo en el Centro Internacional de Innovación Deportiva en el Medio Natural "El Anillo". (Polígono 24 de Membrillares, 10665 Guijo de Granadilla, Cáceres).

FECHAS DE REALIZACIÓN

17 y 18 de diciembre de 2022.

Sesión 1: sábado 16 de diciembre de 2022

De 9:30 a 11:30 Contenidos teóricos

De 11:30 a 12:00 Descanso

De 12:00 a 14:00 Contenidos teóricos

De 14:00 a 16:00 Comida

De 16:00 a 18:00 Contenidos prácticos

De 18:00 a 20:00 Libre

De 20:00 a 22:00 Cena

Sesión 2: domingo 18 de diciembre de 2022

De 8:30 a 9:30 Desayuno

De 9:30 a 14:00: Ruta de senderismo

CONTENIDOS DEL CURSO

Bloque 1.

LA SILLA DE MONTAÑA "JOELËTTE": ORIGEN Y CARACTERÍSTICAS

Historia y origen

Características y aspectos a tener en cuenta en el uso de la silla.

Práctica de montaje y desmontaje.

Práctica de superación de obstáculos.

LAS PERSONAS CON MOVILIDAD REDUCIDA Y EL USO DE LA SILLA DE MONTAÑA

Conocimientos básicos sobre los distintos tipos de discapacidad.

Aspectos a tener en cuenta en función de cada discapacidad



Bloque 2.

LA SALIDA AL MEDIO NATURAL CON SILLA DE MONTAÑA.

- La ruta: elección y preparación
- Logística: El antes, durante y después de la salida al medio natural.
- Práctica senderista con la silla de montaña Joelëtte en el medio natural.

PROFESORADO

Juan Jose García de Ana

Manuel Granados

Francisco Javier Blanco

MATERIAL NECESARIO POR PARTICIPANTE

- Ropa adecuada y cómoda para la práctica deportiva.
- Bota de montaña o calzado adecuado de senderismo.
- Mochila ligera.
- Comida para la ruta y agua.
- Ropa de recambio.

INSCRIPCIÓN Y PLAZOS

La inscripción se debe realizar a través de la APP *Paso a Paso FEDME* -> *Eventos* y estará abierta hasta el 11 de diciembre de 2022.

La prioridad de admisión se realizará por riguroso orden de pago. No se contempla inscripción sin pago.

PLAZAS

Este curso se convoca para un máximo de 18 participantes. Si las personas matriculadas no llegan a un mínimo de 6 personas, el curso se pospondrá.

PRECIO

El precio del curso es de **40 euros**. Este precio incluye:

- Curso completo.
- Material didáctico del curso.
- Material común específico de uso para el curso.
- Alojamiento de viernes a domingo en "El Anillo". Quien lo prefiera podrá acudir directamente el sábado por la mañana.
- Comidas durante el curso incluidas: comida del sábado, cena del sábado y desayuno del domingo.

CERTIFICACIÓN

Una vez finalizado el curso, la EEAM remitirá al alumnado apto un certificado de aprovechamiento del curso.

CONTACTO

Para resolver cualquier duda sobre el curso, se puede poner en contacto a través de correo electrónico:

secretaria.eeam@fedme.es

