

DENOMINACIÓN	ORIENTACIÓN EN MONTAÑA
RATIO	1/8
DURACIÓN	20 h.
TEORÍA-PRÁCTICA	50% - 50% (+- 10%)
REQUISITOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manejo de mapa y brújula en el desarrollo de actividades en montaña de forma habitual.</li> <li>- Licencia federativa para la práctica del montañismo o o seguro que cubra la actividad.</li> </ul>

#### OBJETIVO

*Ampliar los conocimientos sobre Orientación, mediante el aprendizaje y práctica de técnicas avanzadas para orientarse en terrenos y situaciones complejas.*

#### MATERIAL

INDIVIDUAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ropa adecuada para la práctica deportiva.</li> <li>- Calzado de montaña.</li> <li>- Frontal</li> <li>- Mochila.</li> </ul>
COLECTIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mapas de las zonas de trabajo.</li> <li>- Brújulas.</li> </ul>
PROFESORADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo personal</li> <li>- Material de seguridad (Tlf, botiquín, kit de emergencia, etc.).</li> <li>- Mapa de la zona y brújula/GPS.</li> </ul>

#### CONTENIDOS

- Orientación de precisión con mapa y brújula
- Técnicas de localización de la posición
- Identificación de elementos y triangulación.
- Tácticas avanzadas para realizar rutas sin apoyo de senderos.
- Técnicas para Orientación sin visibilidad.
- Cálculo y descripción de posiciones mediante coordenadas.
- Teoría y práctica del cálculo de distancias en el mapa y el terreno.
- Uso del GPS