

FICHA TÉCNICA ACTIVIDAD: ORIENTACIÓN

Jornada de iniciación a la orientación en montaña

1. IDENTIFICACIÓN DE LA EMPRESA

360Gredos – Luis Muñoz Sánchez

DNI. 06586773X – C/La Paz 6, 2B 05410 Mombeltrán (Ávila)

- **Nombre comercial:** 360Gredos
- **Actividad:** Empresa de Turismo Activo
- **Ámbito:** Castilla y León
- **Situación administrativa:**
Empresa inscrita en el **Registro de Turismo de Castilla y León**, conforme al Decreto 7/2021, mediante **Declaración Responsable**.
- **Nº Registro TA-AV-00084**
- **Normativa aplicable:**
 - Ley 14/2010, de Turismo de Castilla y León
 - Decreto 7/2021, de 11 de marzo, por el que se regulan las actividades de turismo activo en Castilla y León

2. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

Orientación, jornada de iniciación de orientación en montaña

3. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA ACTIVIDAD

Actividad formativa desarrollada en el medio natural, orientada a la adquisición progresiva de conocimientos técnicos y criterios de seguridad. Esta formación teórico-práctica de 8 horas está diseñada para quienes quieren aprender y poner en práctica técnicas para orientarse en el medio natural con seguridad y autonomía. La formación se realiza íntegramente al aire libre, en un entorno de montaña. Durante la jornada abordaremos contenidos teórico-prácticos mediante ejercicios dinámicos, juegos de localización, navegación real con mapa y brújula, y aplicación de los conocimientos sobre el terreno. Es una actividad ideal tanto para senderistas en formación como para educadores, monitores, deportistas o personas aficionadas a la montaña que deseen mejorar su competencia en orientación.

4. OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD

- Facilitar el acceso seguro a la montaña
- Iniciar y/o tecnificar a los participantes en el uso de medios de orientación
- Fomentar el respeto por el entorno natural
- Formación técnica para la mejora de la autonomía progresiva del participante

4.1 CONTENIDOS

- Lectura e interpretación de mapas topográficos
 - Escalas, coordenadas (geográficas y UTM), simbología, curvas de nivel etc.
 - Uso de la brújula: orientación del plano y toma de rumbos
 - Técnicas de navegación básica en montaña
 - Triangulación, elección de itinerarios y puntos de referencia
 - Aplicación práctica con ejercicios sobre el terreno
 - Nociones básicas de GPS en apps de montaña (complementario)
-

5. PERFIL DE LOS PARTICIPANTES

- **Edad mínima:** 14 años
- **Edad máxima:** Sin límite (condicionado a estado físico)
- **Condición física requerida:** Básica
- **Experiencia previa:** No necesaria pero recomendable
- **Grupo mínimo:** 2 participantes
- **Grupo máximo:** 8 participantes

Ratios ajustados a una actividad de nivel bajo, conforme a criterios de seguridad.

6. ITINERARIO Y CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- **Tipo de recorrido:** Sin definir (según autonomía de los participantes)
- **Distancia aproximada:** 6-8 km
- **Desnivel positivo acumulado:** 200-400 +/-
- **Altitud máxima:** 2000 m
- **Terreno:** Senderos habituales, laderas suaves y zonas abiertas
- **Dificultad:** Moderada (1,5 / 5)
- **Duración estimada:** 7-8 horas

⚠ *El itinerario podrá ser modificado, acortado o suspendido por el guía en función de las condiciones meteorológicas, del estado de la nieve o del grupo.*

7. MATERIAL

7.1 Material aportado por la empresa (360Gredos)

- Material técnico común
- Material cartográfico
- Brújulas (en préstamo si no se dispone de una propia)
- Botiquín de primeros auxilios
- Teléfono móvil / medio de comunicación
- Documentación de seguros

7.2 Material obligatorio del participante

- Calzado de montaña o senderismo
 - Ropa adecuada según la época del año (sistema de 3 capas)
 - Mochila con comida y agua para una jornada completa
 - Brújula (si se dispone de una propia)
 - Bloc de notas o libreta y bolígrafo
 - Protección solar, gorra/gorro, gafas de sol
 - Mini botiquín personal
-

8. PERSONAL TÉCNICO

- Actividad dirigida por **técnico titulado** para actividades de montaña, conforme al Decreto 7/2021
 - Formación en **primeros auxilios** vigente
 - Experiencia en actividades de montaña
 - Responsable de la seguridad del grupo y toma de decisiones
-

9. MEDIDAS DE SEGURIDAD

- Comprobación previa de la previsión meteorológica
 - Información previa a los participantes sobre riesgos y normas
 - Control permanente del grupo
 - Ritmo adaptado al participante más lento
 - Posibilidad de retorno anticipado si las condiciones lo aconsejan
-

10. ANÁLISIS DE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS

Riesgo identificado	Medidas preventivas
Incendios forestales	Información sobre alertas de riesgos en Incendios forestales
Frío	Ropa adecuada, paradas controladas
Fatiga	Descansos e hidratación
Meteorología adversa	Revisión previa y cancelación si procede

11. PLAN DE EMERGENCIA BÁSICO

- El guía es el responsable de activar el protocolo
 - En caso de incidente leve: atención con botiquín y retorno al punto de inicio
 - En caso de incidente grave: aviso a servicios de emergencia (112)
 - Conocimiento del acceso rodado más cercano
-

12. SEGUROS

La empresa dispone de los seguros obligatorios exigidos por la normativa de Castilla y León:

- **Seguro de Responsabilidad Civil**
 - **Seguro de Accidentes y Asistencia** para los participantes
-

13. PROTECCIÓN DEL MEDIO NATURAL

Actividad desarrollada respetando la normativa del Parque Regional de la Sierra de Gredos:

- No abandono de residuos
 - Respeto a la flora y fauna
 - Uso de itinerarios habituales
-

14. CONDICIONES COMERCIALES

- **Precio por persona:**

50€ IVA Incluido
- **Incluye:**
 - Guía titulado
 - Material técnico (raquetas y bastones)
 - Seguros obligatorios
- **No incluye:**

- Transporte y gastos personales