

femecv



FEDERACIÓ D'ESPORTS DE MUNTANYA I ESCALADA DE LA COMUNITAT VALENCIANA

Boletín informativo, n°13 - 2015

- **Proyectos para esta legislatura**
- **Nuevas vocales de la FEMECV**
- **Entrevista a Palmira Calvo**
- **Tecnología y deportes de montaña**



JUNTA DIRECTIVA

FRANCISCO DURÁ SEMPERE

PRESIDENTE

ANTONIO GONZÁLEZ DAVO

VICEPRESIDENTE 1º

ROGELIO GARCÍA GARCÍA

VICEPRESIDENTE 2º

ALICIA AVENDAÑO MARÍN

SECRETARIA

CARLOS AGULLÓ ALONSO

TESORERO

PEDRO ARTURO URENDEZ VEGA

DIRECTOR TÉCNICO

MANUEL AMAT CASTILLO

VOCAL DIRECTOR ÁREA DE CARRERAS POR MONTAÑA

PEDRO JORGE NOTARIO PEREA

VOCAL RELACIONES INSTITUCIONALES

JOSÉ IGNACIO AMAT SEGURA

VOCAL DIRECTOR DE LA EVAM

ALBA SÁNCHEZ ESTEBAN

VOCAL ACCESO A LA MONTAÑA

JESÚS MORENO RUBIO

VOCAL SEMAM Y REFUGIOS

FRANCISCO SALES CLIMENT

VOCAL ACTIVADOR DEL SENDERISTA

ÁNGEL FONT PIQUER

VOCAL SELECCIONADOR CARRERA POR MONTAÑA

EMPAR ADELL ALBALAT

VOCAL DELEGADO DE CASTELLÓN

MÓNICA SANZ NAVARRO

VOCAL DELEGADO DE VALENCIA, MUJER Y DEPORTE

ALBA MUÑOZ FRANCO

VOCAL DE JUVENTUD

JUAN JOSÉ MOTOS SÁNCHEZ

VOCAL ASESOR DE PRESIDENCIA

sumario

5 Carta del Presidente

7 Editorial

8 Francisco Durá, Presidente de la FEME CV
Proyectos para esta legislatura

12 Se presentan las nuevas vocales de la FEME CV

- Alba Muñoz Franco - Vocal de juventud
- Empar Adell Albalat - Vocal delegada provincial de Castellón
- Mónica Sanz Navarro - Vocal delegada provincial de Valencia, mujer y deporte

16 Un poco de historia

Las primeras escaladoras de la Comunidad Valenciana
Entrevista a Palmira Calvo Sanchis por José Ignacio Amat y Jaime Escolano

20 Comités técnicos

20 El Momiot (Orihuela), por David Mora

22 Senderismo por la sierra de Espadán, por Luis García Aragonés

30 Los montes de Andilla. Vía Ferrata de Andilla, por David Blázquez

34 La Cresta de Toix, a ras del Mar Mediterráneo por David Mora

38 Refugis del Torb. La gran travesía a pie entre Núria y el Canigó por Xavier Grivé

42 Historias de la montaña

42 Tecnología y deportes de montaña, por Miguel Ángel Conejero López

46 El camino hacia la cima es una ruta en solitario, por Alba Sánchez

49 Jornadas de Seguridad en montaña en Quesa, por Jesús Moreno

51 II Congrés de Muntanya de Villa-real, por Juanjo Chorro



53 La Dirección técnica y las Vocalías informan:

- 53 Memoria Mujer y Deporte 2014, por Alba Sánchez
- 54 Memoria de Juventud 2014, por Alba Sánchez
- 55 Memoria acceso a la Montaña 2014, por Alba Sánchez
- 57 Memoria actividades Senderistas 2014, por Paco Sales
- 59 *Noves curses i nous corredors al campionat de lliga 2014*, por Miquel Giménez
- 61 Memoria plan de Tecnificación 2014, por Arturo Uréndez

65 Información y resultados competiciones 2014

Escalada deportiva. Dificultad y bloque. Carreras por Montaña

- 78 Calendario 2015 de Actividades Federativas de la FEMECCV
- 80 Calendario cursos 2015 de la EVAM

80 Información federativa:

- 82 Organigrama de la asamblea general de la FEMECCV
- 85 Asistencia médica en la C.V. Seguros *GENERALI*
- 87 Prestaciones y sumas aseguradas Seguros *GENERALI*
- 88 Cuadro médico en la C.V.
- 92 Libros y folletos disponibles a la venta

INFO-SECRETARÍA GENERAL

- 93 La Licencia Federativa Preguntas más comunes ¿Cómo me puedo federar?
- 95 Ventajas de la tarjeta federativa
- 96 ¿De qué me pueden informar?
- 98 Descuentos FEMECCV

Boletín informativo FEMECCV, nº 13

Foto portada: Escaladora Palmira Calvo
Sede: Carrer Marià Lluïa, 9 – 03201-Elche
Apartado de correos 3 – 03201 Elche
Teléfono: 96 543 97 47 – Fax: 96 543 65 70
Móvil presidente FEMECCV: 637 859 376
e-mail: femecv@femecv.com
web:www.femecv.com

Dirección y redacción:
José Ignacio Amat Segura

Colaboradores:
Francisco Durá, Alicia Avendaño, Isabel Bernal, Alba Sánchez, Alba Muñoz, Amparo Adell, Mónica Sanz, David Mora, David Blázquez, Miquel Giménez, Paco Sales, Jaime Escolano, Juanjo Chorro, Luis García Aragonés, Palmira Calvo, Pedro Notario, Jesús Moreno, Arturo Uréndez, Miguel Ángel Conejero López, Xavier Grivé.
Diseño y Maquetación: Segarra Sánchez, S.L.
Depósito Legal: A-16-2002

La opinión vertida en las páginas del boletín es de exclusiva responsabilidad de sus autores y ésta no ha de compartir necesariamente el criterio de la FEMECCV.

Carta del Presidente

El pasado 22 de noviembre se celebraron elecciones a la presidencia en la Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana, doy las gracias a los asambleístas que apoyaron y confiaron en el programa electoral que les presenté y me eligieron de nuevo como presidente para continuar una legislatura más trabajando para vosotros.

Es por ello que puedo entrar de nuevo en vuestras mentes, un año más, para informaros de los resultados del pasado año y los proyectos del próximo.

Quiero felicitar a todos los deportistas que decidieron presentarse para formar parte de la Asamblea de la FEMECCV, ellos con sus críticas y aportaciones, trabajarán y velarán por el buen funcionamiento de los deportes de montaña en nuestra federación.

2014 fue un año muy bueno

- Batimos el record de federados, más de 16.500 (un verdadero vendaval).
- Nuestros deportistas en la disciplina de competiciones de escalada han obtenido muy buenos resultados de tanto a nivel nacional como internacional.
- En las competiciones de carreras por montaña la participación está creciendo considerablemente y obteniendo también muy buenos resultados.
- En las actividades que se organizan desde nuestros clubes se han hecho pequeños cambios obteniendo gran participación por parte de nuestros federados.
- También hay que destacar el considerable aumento, son ya más de 500, las entidades deportivas de nuestra comunidad afiliadas a la FEMECCV.
- Seguimos trabajando y participando con las Instituciones: Mesa Forestal, Consejo asesor de Participación Ciudadana, juntas rectoras de espacios



Francisco Durá Sempere

protegidos. Como podéis comprobar todo relacionado con la protección del Medio Ambiente. La montaña es nuestro terreno de juego, donde realizamos las actividades y practicamos nuestros deportes. Esta colaboración con las instituciones ha sido fructífera, pero no totalmente satisfactoria para esta federación y por supuesto tampoco para mí.

Este año 2015 estoy convencido que junto al equipo directivo con el que cuento, donde hay más mujeres, se llevará a cabo el programa que votaron los Asambleístas. Intentaremos llegar a todos los rincones de nuestra Comunidad para dar a conocer todas las modalidades deportivas que ofrecemos en la FEMECCV. Los miembros del equipo directivo estarán presentes en todas las actividades del calendario deportivo de la FEMECCV y en el máximo de actividades de los clubes afiliados.



Estamos en contacto con las demás Federaciones Autonómicas y con la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada para conocer sus inquietudes y que conozcan las nuestras, sin estar en estos foros es imposible comunicarnos y que nos conozcan. También queremos divulgar nuestras actividades a través de las redes sociales para dar a conocer quiénes somos y que hacemos.

En las oficinas contamos con un equipo humano de profesionales para atender todas las peticiones de información y de formación y cuantas dudas tengan nuestros clubes, federados y demás personas. Dicha información está basada en los acuerdos tomados por la Junta Directiva y la Asamblea.

La formación a nuestros deportistas es muy importante, por tanto se dará una prioridad especial a formar a los afiliados que lo demanden. La formación es imprescindible para tener más seguridad en la práctica de los deportes de montaña. En lo profesional, poner los cursos de formación de técnicos en marcha para poder desarrollarlos al 100% durante esta legislatura y que nuestros deportistas no tengan que irse a otras autonomías para realizarlos.

El gran aumento en la práctica del senderismo nos compromete a conseguir una buena red de senderos y velar por mantenerlos en buen estado. Al igual que ocurre con las carreras por montaña y su crecimiento, un crecimiento espectacular, es necesario crear un registro de circuitos permanentes donde los clubs puedan organizar el recorrido de las competiciones y nuestros deportistas los utilicen para entrenar.

Deseo animar a todos los Entes Públicos y Privados a apoyar los Deportes de Montaña y la escalada urbana.

A los clubes que sigan colaborando con la Federación, puesto que con el resto de federados, que cada años somos más, formamos un gran familia montañera.

Espero tengamos un gran año tanto a nivel deportivo como humano, pues la montaña une a las gentes y hace que nos conozcamos mejor.

Mucho ánimo y que tengamos buenas escaladas, muchas cumbres, carreras y rutas de senderos.

Buen camino en las montañas.

Francisco Durá Sempere
*President de la Federació d'Esports de Muntanya
 i Escalada de la Comunitat Valenciana*

Seguimos recordando en este número a los montañeros que nos precedieron. De forma especial en esta ocasión entrevistamos a la que quizás, con permiso de Leonor Faubel, fue la primera escaladora de la Comunidad Valenciana, ella Palmira Calvo. Además con intención de homenajearla le regalamos nuestra portada.

Francisco Durá, como presidente reelecto de la FEMECV nos explica el desarrollo de su programa para esta legislatura que empezamos. Aprovechando los cambios en la Junta directiva y la entrada de nuevos vocales dejamos que algunos de ellos se presenten.

Los comités técnicos vienen llenos de nuevas actividades, ya sea senderismo patrimonial en la provincia de Castellón, vías ferratas en la provincia de Valencia y una nueva cresta en la Provincia de Alicante. También incluimos un circuito de skyrunning o de carreras por montaña por el pirineo Catalán, los Refugis del Torb.

Las memorias de las actividades del año pasado nos recuerdan el gran número de actividades no competitivas que esta federación ha realizado durante todo el año 2014, y por supuesto, publicamos los pódium de las competiciones federativas.



Terminamos con la información de la Escuela Valenciana de Alta Montaña y la información de interés para todos los federados, como son las coberturas del seguro, protocolos administrativos en caso de accidentes, etc.

Con la esperanza de que esta publicación sea útil para cualquiera que sea su lector y que, poco a poco, el federado se sienta involucrado con ella, este departamento de Comunicación e información se despide.

José Ignacio Amat Segura
*Director del Boletín Informativo
 y responsable de publicaciones FEMECV*



PROYECTOS PARA ESTA LEGISLATURA

El pasado diciembre la asamblea de la FEMECV se reunió en Castellón de la Plana para la elección de presidente de nuestra federación, dos fueron los candidatos, Francisco Durá y Guillermo Palomo. Con un respaldo aplastante y mayoritario Francisco Durá Sempere fue reelegido por séptima vez consecutiva en el cargo. A continuación en este pequeño artículo intentamos acercarnos a su persona desde su trayectoria profesional como deportiva y su programa electoral para los próximos años de mandato.

1.- CONOZCAMOS A NUESTRO PRESIDENTE

Francisco Durá Sempere, 60 años y residente en Elche (Alicante), lleva como practicante de actividades deportivas de montaña y escalada desde los 17 años.

Empezó a interesarse en actividades de organización y gestión deportiva dentro de su club de montaña, el "Grup Il·licità de Muntanyisme", principal club deportivo de montaña de Elche del que fue presidente durante tres legislaturas.

Compaginó su trabajo de presidente del GIM con la dirección de la Escuela Valenciana de Alta Montaña, de la que ya era miembro activo como Instructor de Escalada, Técnico deportivo en alpinismo y roca, Arbitro de competición de Escalada Deportiva (Primera Promoción Nacional).

Además es Vicepresidente de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada y responsable nacional de árbitros y jueces.

En 1986 presenta su candidatura a la presidencia de la Federación Territorial Valenciana de Montañismo (actualmente, Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana) donde fue elegido y puesto que ostenta desde entonces.

Francisco Durá, además es una persona amante del deporte y de la montaña y cabe destacar, además de un gran número de rutas de escalada abiertas



Francisco Durá en la asamblea de noviembre de 2014 para la elección de presidente

dentro de nuestra Comunidad, sus consecuciones alpinas internacionales antes de los ochenta donde las expediciones tenían un carácter aventurero más marcado que en nuestros días. Destacan cumbres conseguidas como: Kilimanjaro (Tanzania), Monte Kenia (Kenia), Mont Blanc (Alpes Franceses), Huascarán (Perú), Toubkal (Marruecos), El Ahaggar (Argelia), la Regular al Half Dome en Yosemite (Estados Unidos) y Aconcagua (Andes Argentinos).

Su propuesta electoral se divide en dos direcciones, ambas con un carácter claro de búsqueda de transparencia en la gestión, optimización de la burocracia y rapidez en la tramitación de licencias, esto último no es nuevo y ya es un reto que se planteó hace algunos años con resultados espectaculares en el aumento de federados. A todo esto le unimos conseguir los medios necesarios para que la información deportiva, y de otro interés, llegue directamente al federado y al club lo más rápidamente posible.

También, ya dentro del ámbito de las actividades deportivas, su proyecto buscará la convivencia necesaria entre las actividades deportivas montaÑeras tanto competitivas como las no competitivas, recuperando las antiguas y clásicas actividades como la marcha de regularidad y los campamentos que siempre han sido un acto social montaÑero de primer orden.

A grandes rasgos estos son los puntos comprometidos en el proyecto electoral 2014-2018:

SOBRE EL ÓRGANO DE GESTIÓN Y EJECUCIÓN

Como objetivo principal plantea optimizar los recursos humanos y económicos. El personal está formado tanto por hombres como por mujeres, donde se diferencian el sector **profesionalizado**, administrativos en su mayoría, y el **altruista**, estos son los miembros de la Junta Directiva.

Buscará la mejora de la WEB de la federación actuando en su organización de contenidos así como en la actualización de las noticias, convirtiéndola en la mejor y más directa sistema de encuentro de los federados. Para esto utilizará el resto de redes sociales disponibles y necesarias.

Agilizará la tramitación de las Licencias Deportivas creando una tienda virtual para su adquisición inmediata.

Se va a cuidar de forma muy especial la presencia de la F.E.M.E.C.V. en los actos públicos que tengan que ver con los deportes de la montaña, así como estar presente en las instituciones públicas y privadas (ayuntamientos, diputaciones, consejerías, universidades, institutos, empresas, parques nacionales, etc.), para poder asesorar, opinar y decidir sobre las cuestiones que se tratan dentro del ámbito



Escalando en la Pared Negra (Orihuela)

deportivo-medio ambiental que tanto nos preocupa y ataÑe a nuestras actividades.

Se formarán los grupos de trabajo, comités, asamblea y directiva, indistintamente por hombres y/o mujeres ya que esto enriquecerá la toma de decisiones. Se buscará la profesionalidad de los técnicos necesarios para una mejora del trabajo federativo.

Se afianzará la información escrita global, como es el Boletín informativo y divulgativo hasta ahora tan felicitado y apoyado como iniciativa de actualidad de nuestra Federación y sus deportistas. Así mismo buscará la creación de un boletín digital.



Es necesario que desde la federación promovamos un protocolo de seguridad dirigido a empresas que organizan deportes de aventura relacionadas con nuestras modalidades y con esto conseguir una mutua colaboración.

Se van a promover las publicaciones que fomenten la práctica de nuestros deportes, ya sea desde las simples guías o topguías a manuales que eduquen y enseñen nuestras técnicas deportivas.

Se va a hacer una auditoría para analizar la salud de nuestras cuentas

Como colofón, y con la finalidad de una consulta y modernización de nuestros archivos vamos a digitalizarlos, esto traerá además la optimización del espacio en la sede.

EN LA FACETA DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE LA FEMECV

Es propósito de la presidencia mantener, dinamizar y potenciar en la medida y posibilidades, todas las actividades tanto competitivas como no competitivas que se vienen realizando en la actualidad.

Mencionar de manera especial las siguientes:



Con el vicerrector de la UMH firmando un convenio de colaboración FEMECV-UMH

Campeonato de Regularidad

Es el gran escenario social de los montañeros, su aspecto deportivo, lúdico, festivo y, por otro lado, competitivo la hacen una de las actividades más antiguas de las que se realizan. Además atrae a todo tipo de deportistas sea cual sea su edad y condición física siendo por lo tanto una de las actividades más relevantes de la F.E.M.E.C.V.

Carreras por montaña

Actividad competitiva que sigue en auge en estos momentos, debido a la gran cantidad de deportistas que congrega las potenciaremos, en la liga del campeonato aumentaremos las pruebas, crear tres pruebas de largo recorrido y potenciar la selección de nuestra federación.

Se incidirá en potenciar el área y el equipo arbitral, en número y calidad, y continuar con el registro de circuitos de carreras.

Escalada de Competición

Recuperar las competiciones consiguiendo realizar un circuito de varias pruebas, en modalidades como dificultad, bloque y velocidad. Crear un registro de rocódromos y publicar la guía de las zonas de escalada de nuestra Comunidad.



En la vía ferrata del Cid (Petrer)



Fuera del ámbito puramente de organización de competiciones vamos a promocionar facetas que fundamentan un crecimiento sano desde la base de nuestros deportistas más destacados, promocionaremos el Fair Play.

SOBRE LA FORMACIÓN ES INTENCIÓN DE LA PRESIDENCIA:

Formación continua de técnicos y deportistas

Realizando cursos de formación académica para los que quieran obtener dichas titulaciones o para aquellos que solamente deseen formarse en los deportes de montaña y así realizar sus excursiones con mayor seguridad. Habilitar un centro de formación en nuestra Comunidad.

Buscaremos vías y formas de tener un centro de formación oficial en nuestra Comunidad.

Tecnificación en alpinismo, corredores por montaña y escalada de competición

Labor un tanto difícil, ya que hoy por hoy no tenemos los recursos económicos suficientes para llegar donde se desearía. Trabajaremos con la administración con proyectos que representen las necesidades que el colectivo demande.

Fomento del Senderismo

El colectivo de senderistas necesita de una difusión y formación para poder recorrer los senderos balizados, por tanto, pretendo continuar, impulsar y apoyar proyectos y/o iniciativas, que desde las entidades privadas y públicas se proyecten a la ciudadanía para su práctica y promoción. Y concluiremos con la organización del registro público de los senderos.

Además, ampliaremos la actividad del Día del senderista, enfocada al colectivo de federados, para poder disfrutar caminando por la naturaleza.

Contaremos con un activador del senderismo que difunda e informe a este colectivo en su deporte de montaña.

Protección de la montaña

Colaborar con la Consellería de Territorio y Vivienda para que los decretos, normas o leyes que se publiquen, se compatibilicen con la práctica de nuestros deportes.

Calendario de actividades federativas

Desarrollar un calendario deportivo, convenido con las Entidades de la Federación. Eliminar el límite de la ayuda por participante federado, reduciendo la ayuda inicial fija.

Crear un encuentro anual de practicantes de los deportes de montaña para realizar un reconocimiento a los mejores o más históricos, además aumentar el precio máximo de inscripción por federado en las actividades federativas.

Estudiar la posibilidad de crear una licencia temporal para las actividades.



Con el grupo del Centro de Tecnificación de escalada 2014



Vocal de Juventud

NOMBRE: Alba Muñoz Franco

CORREO ELECTRONICO:
elx_alba@hotmail.com

PROFESIÓN: Estudiante

TITULACIONES PROFESIONALES:
Graduado en E.S.O. y Técnico en gestión administrativa.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE MONTAÑA QUE REALIZAS:
Escalada, barranquismo y senderismo.

CARGO:
Vocal de juventud y encuentros internacionales.

¿CÚAL ES TU FUNCIÓN DENTRO DE LA FEDERACIÓN?

12 Mi función es promover el deporte entre la juventud y organizar quedadas, excursiones o actividades relacionadas con el deporte.

¿CÚALES SON TUS MOTIVACIONES PARA ESTAR EN LA EJECUTIVA?

Me gusta el deporte y creo que puede motivarme tener la posibilidad de mostrar los beneficios que supone practicarlo y ayudar a la gente a que se aficiona a ello.

DENTRO DE TUS FUNCIONES ¿QUÉ CREES QUE ES PRIORITARIO PARA TI?

Para mí es prioritario que mi función como vocal pueda ayudar a personas a disfrutar del deporte con experiencias como las que he podido tener yo en los pasados años.

¿CÓMO TE ACERCASTE A LOS DEPORTES DE MONTAÑA?

Desde bastante pequeña he tenido la oportunidad de pasar mis fines de semana al aire libre ya que mi padre comen-



zó a escalar en el 2004. Al principio yo me dedicaba a corretear y subir piedras acompañado del hijo del compañero de cordada de mi padre practicando en top rope las vías, todo esto

acabó en el 2007 compitiendo en escalada en la especialidad de bloque. A partir de aquí comenzamos a entrenar y escalar en rocódromo y en roca, asistimos a más competiciones, tanto de bloque, dificultad y velocidad.



Vocal Delegada de Castellón

NOMBRE: Amparo Adell Albalat

Correo Electrónico: castello@femecv.com

PROFESIÓN: Auxiliar administrativo.

TITULACIONES PROFESIONALES: Diplomatura en Turismo.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE MONTAÑA QUE REALIZAS: Carreras por montaña y senderismo.

TITULACIONES DEPORTIVAS: árbitro de carreras por montaña FEDME.

CARGO: Delegada de Castellón.

¿CÚAL ES TU FUNCIÓN DENTRO DE LA FEDERACIÓN? Estar en contacto con los clubs y deportistas de la provincia de Castellón, así como encargarme de las relaciones entre las instituciones de la provincia y la federación.

¿CÚALES SON TUS MOTIVACIONES PARA ESTAR EN LA EJECUTIVA? Aunque llevo ya

algunos años como presidenta del club de mi localidad, el Club de Muntanya Desnivell de Albocàsser, en 2014 me presenté a las elecciones de la asamblea de la FEMECV. Después me propusieron formar parte de la Junta Directiva, y aunque lo pensé mucho y tuve algunas dudas, al final acepté para conocer como es el funcionamiento de la federación desde dentro.

DENTRO DE TUS FUNCIONES ¿QUÉ CREES PRIORITARIO PARA TI? Lo más importante para mí es, sin duda, dar a conocer a los deportistas de mi provincia "qué



es y para qué sirve la federación". En Castellón hay muchas carreras por montaña, pero todavía hay deportistas que no consideran necesario estar federado. También es una tarea importante asesorar a los clubs u organismos para que organicen sus carreras o actividades

correctamente y con todas las garantías.

COMO TE ACERCASTE A LOS DEPORTES DE MONTAÑA: Nunca en mi vida había practicado deporte, ni en el colegio, porque era muy patosa. Pero en 2007 comencé a correr un poco (con 20 minutos ya tenía suficiente). Entonces conocí lo que eran las carreras por montaña y empecé a correr-caminar. Fue como una droga que me engan-

chó de tal forma que fui involucrándome cada vez más en mi club, organizando las carreras populares en las fiestas del pueblo, las San Silvestres en fin de año, el primer ultra que se hizo en la provincia de Castellón en 2010 (Trail Maestrat Extrem) y hasta el campeonato autonómico de la FEMECV en 2012.

Participo en muchas carreras de todas las distancias, y aunque suelo llegar casi siempre de las últimas, no cambio la sensación de libertad y el disfrute que me ofrece la montaña.





Vocal Delegada de Valencia Mujer y Deporte

NOMBRE: **Mónica Sanz Navarro**

Correo electrónico:

Personal: sanz.mon73@gmail.com

Federativos: valencia@femecv.commu-
jerydeporte@femecv.com

PROFESIÓN:

Actualmente estoy en situación de desempleo.

He trabajado durante nueve años y medio en VAERSA como asistencia técnica para Consellería de Infraestructuras, Territorio y Medio Ambiente en temas de Evaluación Ambiental, en calidad de Arquitecto Urbanista.

TITULACIONES PROFESIONALES:

Arquitecto. Especialidad en Urbanismo

ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE MONTAÑA QUE REALIZAS:

Llevo tres años, más o menos, más centrada en la escalada, aunque no dudo en ponerme las botas para hacer una ruta de senderismo o subir a algún pico, y este año, me he propuesto aprender a esquiar y probar la escalada en hielo.

Dentro de la escalada, la modalidad que más practico es la deportiva, y en cuanto puedo me meto en pared en vías de deportiva de varios largos, siempre como base para prepararme para mi mayor pasión que es la escalada clásica.

TITULACIONES DEPORTIVAS:

Tengo el título de la federación de Técnico de Senderos, y en breve obtendré el título



federativo de Monitor Voluntario de Club de Escalada.

Actualmente estoy realizando el Máster de Dirección de Entidades Deportivas

A parte he hecho cursos de formación continúa, principalmente de escalada como el de maniobras básicas en escalada de varios largos, técnicas básicas de entrenamiento en boulder, técnicas básicas autorescate, gestualidad en la



escalada o de Actividades de orientación y desarrollo en el medio natural.

CARGO DENTRO DE LA FEMECV

Delegada de Valencia y Vocal de Deporte y Mujer

¿CÚAL ES TU FUNCIÓN DENTRO DE LA FEDERACIÓN?

Mantener a los clubs informados y a los deportistas de la provincia de Valencia, además de encargarme de los temas deportivos y mujer.

¿CÚALES SON TUS MOTIVACIONES PARA ESTAR EN LA EJECUTIVA?

La verdad es que algo que no me había planteado nunca, pero este año cuando se me propuso formar parte de la Ejecutiva de la Federación me pareció una buena oportunidad para continuar con la labor de motivar e incentivar la práctica de los deportes de montaña. Especialmente a las chicas, que llevo haciendo desde hace más de 10 años dentro de mi Club, llegando, gracias a los medios de los que dispone la federación, a un número mayor de deportistas.

Por otra parte, también me pareció muy interesante el poder formar parte del órgano que nos representa a todos los clubs aportando mi experiencia como deportista y presidenta de un club, con el objeto de que

ello sirva para hacer una federación más cercana y en contacto continuo con todos los estamentos que formamos parte de la misma.

DENTRO DE TUS FUNCIONES ¿QUÉ CREEES QUE ES PRIORITARIO PARA TI?

En relación con el cargo de delegada de la provincia de Valencia, la función prioritaria para mí es conseguir que los clubs y deportistas de mi provincia vean a la federación como un ente activo que está junto a sus federados y se preocupa por ellos.

Respecto al cargo de Vocal de Deporte y Mujer, creo que es prioritario conseguir aumentar el número de chicas federadas en todas las modalidades, y, además, conseguir que aquellas que no se atrevan



a dar un paso adelante en su nivel o a pasar a otra modalidad de mayor dificultad de la que están practicando, que se sientan motivadas y con confianza en sí mismas para darlo.



ENTREVISTA A PALMIRA CALVO SANCHIS



Este texto es un extracto de la extensa e interesante entrevista que le hicimos a Palmira Calvo, si quieres vivirla, verla y oírla en su totalidad entra en <http://www.madeinmountain.com/entrevistas/palmira.html>

Valenciana y montañera que supera ya los ochenta manteniéndose al pie del cañón en su querido Centro Excursionista de Valencia desde donde ha desarrollado la mayoría de su vida deportiva.

Escaladora, quizás una de las primeras de nuestra Comunidad y de España, además practicó la espeleología, alpinismo y continúa recorriendo sus montañas valencianas a través de sus senderos. Es en definitiva, montañera de la vieja escuela donde se abrió hueco dentro de un deporte claramente dominado por los hombres en los años cuarenta.

Ingresó en el Centro Excursionista de Valencia en 1952, aquí realiza toda su vida deportiva y en él sigue actualmente.

Una siempre atenta Palmira contestó a nuestras preguntas en las instalaciones del Centro Excursionista de Valencia:



Palmira Calvo Sanchis

Háblenos un poco de sus inicios ¿De dónde es? ¿Qué momentos históricos, económico, le tocó vivir? ¿Cuál era su profesión?

Nací en Valencia en 1931, el año de la República. Mi generación vivió la guerra, aunque los pequeños casi no nos dábamos cuenta siendo tan niños: lo que sí hemos sentido y sufrido es una larga posguerra, los tiempos oscuros del racionamiento, la opresión y el silencio.

En un ambiente tan poco favorable estudié la carrera de piano, porque los profesores veían en mí grandes condiciones musicales, soy profesora superior de piano, armonía e historia de la música. No pude alcanzar becas para estudiar perfeccionamiento en el extranjero y ejercer como profesora de música en aquel tiempo era pasar más hambre que un maestro de escuela. Con una rápida preparación llegué a secretaria de dirección en una empresa, fui



Palmira Calvo, Pedro Notario y José Ignacio Amat, en el archivo histórico del CEV donde se realizó la entrevista



traductora de francés, correctora de estilo en una editorial..., y cuando me casé, trabajé con Rafael Cebrián (mi marido) en sus representaciones, pues él tampoco ejerció su carrera de ingeniero técnico mecánico.

¿Cómo se produjo el acercamiento al mundo de los deportes de la montaña? ¿Desarrolló su vida deportiva dentro de un club?

Ingresé en el Centro Excursionista de Valencia en el año 1952. Mira mi carnet ¡hace sesenta y tres años! La afición a la montaña, a los espacios abiertos, a la naturaleza en general me venía de familia. Al poco tiempo de ingresar me inscribí en la Sección de Montaña, en la que era la única chica. Entonces era presidente de la Sección Juan Sanchís, montañero y escalador excepcional además de un maestro sin pretenderlo de jóvenes socios animados por su ejemplo. Más tarde, tuvimos a Paco Gramaje, un gran comunicador, el primero que organizó cursillos de escalada para principiantes, actuando también de guía en muchas excursiones.

He hecho un poco de todo en el Centro, desde encargarme de la biblioteca hasta de las salidas de montaña, acampadas y viajes: lo que más me ha gustado siempre es subir montañas y por eso hice cursillos y escaladas. Mi primer cursillo de escalada lo hice en 1952. Me tomé la escalada como medio para ciertas ascensiones más que como un fin en sí misma, también hice algo de esquí y de espeleología.



El Risco del Fraire en el Barranco de la Hoz (Buseo-Valencia). Esta aguja de paredes verticales, tenía dos largos de escalada, y un descenso en rapel volado. Durante los años 50, en palabras de Rafael Cebrián, era el examen de los montañeros escaladores. Palmira realizó la primera femenina en 1954.



¿Qué escaladas, itinerarios, expediciones u otras actividades montaÑeras le han marcado de manera especial?

Todas y cada una, no podría distinguir entre tantas que he hecho en casi setenta años, en toda nuestra Comunidad, en Pirineos, en Sierra Nevada... Por ser la primera ascensión, pienso en el Puig Campana, con el mar al frente y rodeada de impresionantes cumbres. Y de las últimas, en los 90, a mis sesenta años, el Olimpo, de dos mil novecientos metros, con mil ochocientos de desnivel ¡La mansión de los Dioses!

Actualmente recuerdo mis pequeñas excursiones desde la infancia, las salidas a la montaña cada vez más altas y más lejos, más ambiciosas, y vuelvo poco a poco a aquellos tiempos porque el simple hecho de salir al monte más cercano y respirar el aire puro me recuerda la niñez.

Yo solamente hice, en mi tiempo, por los años cincuenta escaladas en casi todas las vías de Peñas de Guaita (que era nuestra escuela) y en la Sierra Corbera; y tuve la suerte de ser la primera mujer que escaló el Risco del Fraile, en el Buseo, el año 1954.



¿Cómo se sentía en un mundo tan mayoritariamente masculino? ¿Tenía problemas de aceptación por parte de ellos?

Es cierto que en una actividad conjunta la mujer solía quedar relegada respecto al hombre, pero yo no me sentía así. Mis padres eran de ideas progresistas y tenía toda la confianza de mis padres, además en aquella época los hombres, los chicos, eran muy respetuosos.



En la cumbre del Monte Perdido (Pirineos Oscenses), primer tres mil que realizó.

¿Quién era tu cordada habitual? ¿Con que otras mujeres escaladoras y/o montañeras has coincidido?

Yo hice siempre cordadas con chicos, con mi hermano, Sanchis, Gramaje,... hasta que lo hice de forma más habitual con Rafa, mi marido, y con el que he compartido un sinfín de ascensiones.

Antes que yo, como escaladora sólo tengo referencia de Leonor Faubel, hermana de Álvaro, primer presidente del CEV, pero no la conocí ni hay datos de escaladas suyas. Conocí a dos de sus amigas: Gloria Malonda y Milagros Monforte, que salían de excursión, aunque sin escalar. Ya en los años cincuenta coincidí con Maruchi Cisneros, más tarde a Chelo Sala, Marisa Puchades, Amparo y Concha Abad, Rosa Real, Asun Molins, Eloína Maestro... todas ellas con un gran historial.

¿Cuál era su motivación?

El amor a la libertad, a la naturaleza, los amigos y también el sentido del riesgo que se creaba en las salidas.

¿Que le ha dado la montaña?

Aquí encontré una serie de valores sociales y personales: el amor a la montaña, el sentido del esfuerzo y del riesgo y, lo más importante, el valor de la amistad y la solidaridad. He conocido aquí a muchos de mis mejores amigos y también al compañero de mi vida, Rafa Cebrián con quien me casé hace cincuenta y cuatro años.

Para mi acercarme a la montaña por la época en que me tocó vivir, fue una liberación donde podía expresarme y sentirme más libre. De hecho, los mejores amigos de mi vida los he encontrado aquí.

Rafael Cebrián es su marido, todos conocemos sus extraordinarias publicaciones donde ha recorrido, desde mi punto de vista, de forma pionera los itinerarios deportivos de montaña de la época relacionándolos extraordinariamente con su patrimonio y riqueza medio ambiental. ¿Has sido partícipe de este proyecto?

Para mí la montaña significa mucho, pero sé que para Rafa es su vida, su vocación, su



pasión. Por eso siempre he querido apoyarle y ayudarle a cumplir su sueño, que también es mío. Ha sido una relación de sentimientos y emociones compartidas hacia la forma de vivir en la montaña. La vocación hacia y por la montaña ha sido más grande en Rafael que en mí y me he dejado guiar por él en muchas decisiones.

Hagamos memoria. ¿Recuerda cuál fue su primera ascensión y/o la vía de escalada?

Recuerdo la escalada al Risco del Frare en el 1954, en el ascenso me sentí muy arropada por mis compañeros de cordada (Gramaje y Viña) pero una vez arriba y tuve que empezar a rapelar yo sola 40 metros de desplome fue algo que me impresionó mucho, era apenas una joven de veintidos años.

Aceptamos que la forma de entender la vida cambia con los tiempos. En el caso de la Montaña, ¿Este sentimiento usted cree que ha cambiado para mejor o para peor?

Como en tantas otras actividades hoy las modas intervienen y desvirtúan el verdadero espíritu de la montaña. Competiciones de escalada, carreras de montaña, espectáculo generalizado y muchas gentes que se lanzan a la aventura, sin la preparación física y mental necesaria, en una palabra. Aún con ello, la élite, los grandes montañeros seguirán llegando cada vez más alto, cada vez más lejos.

Es verdad que las aglomeraciones que se hacen ahora en los picos más emblemáticos, es un sabor agridulce, ya que aunque no me entristece ver que se hacen colas para subir a un Montblanc o un Aneto, sí que por otro lado añoro esa soledad, sensación de buscarte la vida, de descubrimiento.

¿Qué le dirías a las nuevas generaciones?

Que no tengan prisa, que empiecen poco a poco, que no se dejen llevar por esos mitos de los picos más altos y famosos. Este deporte lo requiere.

Algo para terminar

Me gustaría citar un pequeño comentario de Norberto Bobbio, que he leído en su libro "De senectute":

"La edad refleja tu opinión de la vida. Y tu actitud ante ella dependerá de si la concibes como una escarpada montaña que debe ser conquistada, como un ancho río en el que te sumerges para llegar nadando lentamente hasta el mar, o como un intrincado bosque por el que vagas sin saber del todo por dónde debes seguir para encontrar la salida."

Y yo seguiré concibiéndola, mientras me quede vida, como esa escarpada montaña a conquistar día a día...



Palmira rapelando durante el Curso de Escalada en 1952, Peña de Guaita, Puzol

Palmira Calvo Sanchis. 25 enero 2015.

José Ignacio Amat Segura



EL MOMIOT (ORIHUELA)

Acceso:

Por la autovía A-7 dirección Murcia hasta la salida 81 a Benferri y Orihuela. Tomar esta salida para Orihuela y entrar en la carretera CV-870 dirección Orihuela. En 1.5 km llegaremos al cruce de La Matanza, que deberemos dejar a la derecha, siguiendo por 1 km más donde deberemos girar a la derecha por la misma carretera (indicación Orihuela), en caso de seguir por la principal llegaremos a la carretera nacional N-340. Aproximadamente en 1.3 km llegaremos a la rotonda de entrada a Orihuela, concesionario Nissan, gasolinera y el restaurante Palmeral.

Ya en la carretera nacional N-340, iremos dirección a Murcia (primera salida de la rotonda), pasando por el parking de la Pared Negra y el túnel de la nacional, poco después de pasar por el túnel encontraremos un camino de cemento a mano

derecha que asciende en fuerte pendiente. Una buena referencia es una señal de 50 y un cartel de Orihuela poco antes de llegar al camino.

En la curva que hace el camino a mano derecha encontraremos una pequeña explanada a izquierda donde podremos aparcar (entran muchos coches), un poco más arriba, al final de las naves y también a la izquierda, hay otra zona de parking (dos o tres coches).

Aproximación:

Desde es el parking, tomar el sendero que sube dirección a la sierra, tras pasar las naves, veremos una zona roturada a mano derecha, debiendo pasar por detrás también dirección derecha (hay una especie de sendero que sigue recto, pero su estado es peor). Este sendero va paralelo al barranco, y está marcado con pintura verde, hasta la mina (pozo)



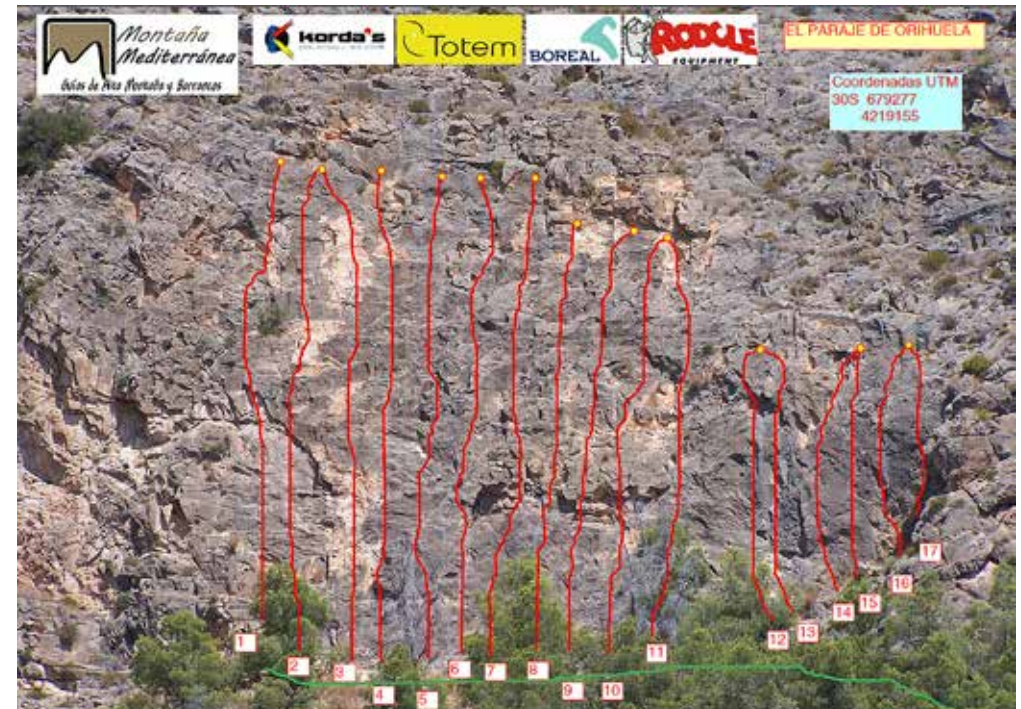
donde cambia completamente hacia la izquierda pero continúa con su ascenso ahora en diagonal. Durante la subida veremos varios senderos que salen hacia la derecha (en ascenso a la Pared Frontal y El Diedro), el último de ellos es el que accede a la base del Momiot, estamos

casi en la base del mismo. El sendero principal bordea el Momiot, y en unos 200 m y siguiendo las marcas verdes llegaremos hasta el pie de las vías (las marcas verdes continúan). El tiempo aproximado será de unos 15 minutos desde el parking.

David Mora

- | | | |
|--|-----------|------------|
| 1.- Fisura de Pau | 5+ | 23m |
| Primera a la izquierda, subir los bloques y superar pequeño techito, terminar dirección derecha. | | |
| 2.- Demencia Senil | 5 | 23m |
| Justo a la derecha de los bloque, seguir placa gris entre desconchados. | | |
| 3.- Sori | 5 | 23m |
| Recto por los desconchados rojos. | | |
| 4.- Quica | 4+ | 23m |
| Por la derecha de los desconchados, plaquera. | | |
| 5.- Loca MP3 | 5 | 22m |
| Seguir pequeños diedros, final por placa. | | |
| 6.- Sin Epidural | 4+ | 22m |
| Gran bloque a derecha en sus primeros metros. Subir buscando los bloques finales y reunión. | | |
| 7.- Nenúfares | 5 | 22m |
| Por la derecha del gran bloque y luego recto hasta desconchado en la parte superior. | | |
| 8.- Altar Mayor | 5 | 20m |
| Por izquierda de los siguientes bloques, recto a reunión. | | |
| 9.- BirraCorro | 5 | 20m |
| Recto por bloque buscando techos superiores, reu bajo. | | |

- | | | |
|---|-----------|------------|
| 10.- Ramón y David | 5+ | 20m |
| Por desconchado rojo, superar bloque por fisura, chapa a dcha. | | |
| 11.- Árbol de Navidad | 4+ | 20m |
| Por derecha de los bloques, buscar reu por derecha desconchado. | | |
| 12.- Adiós Suelas | 5 | 15m |
| Pequeños diedros y gran laja/bloque antes de reunión. | | |
| 13.- Rigor Mortis | 6A | 15m |
| Diedros rojizos y pequeñas fisuras. Reu a izquierda. | | |
| 14.- Sílex | 4+ | 12m |
| Filo del espoloncete, placa y fisuras finales. | | |
| 15.- Peo Estúpido | 5 | 12m |
| Placa central del circo. | | |
| 16.- Toro de Osborne | 5+ | 12m |
| Chorrera grisácea y pequeñas fisuras hasta reu. | | |
| 17.- Minor | 6A | 10m |
| Plaquita de derecha del circo. | | |
- El sector fue equipado en el año 2006 por miembros de la Unión Excursionista de Elche, estando todo el equipado con quimicos.





SIERRA DE ESPADÁN

AÍN - PICO ESPADÁN

El itinerario propuesto se encuentra en el Parque Natural de la Sierra de Espadán, ubicada en el suroeste de la provincia de Castellón de donde es el espacio natural más amplio con 31.182 hectáreas de extensión y el segundo de la Comunitat Valenciana después del PN Hoces del Cabriel.

Este espacio natural es, sin duda, uno de los espacios naturales mejor conservados del territorio valenciano. El sendero combina elementos patrimoniales, etnográficos y medioambientales de elevado valor.

Precisamente este parque natural dispone de una amplia red de senderos para poder recorrer y disfrutar de todos los grandes recursos naturales y patrimoniales que se encuentran en toda su extensión haciendo de la Sierra de Espadán un lugar para visitar y conocer.

Puntos directrices

(1)Plaza Ayuntamiento / (2)Poste indicativo / (3)Molí l'Arquet / (4)Castillo de Aín / (5)Collado de Íbola / (6)Collado / (7)Aljibe / (8)Pico Espadán / (9)Desvío pino / (10)Cruce derecha / (11)CV-223 / (12)Puente Alcudia / (13)Veó / (14)Collado de Veó / (15)GR-36 / (16)Plaza Ayuntamiento

SITUACIÓN, DATOS Y RECOMENDACIONES

Este recorrido discurre por la parte central del Parque Natural de la Sierra de Espadán, teniendo su inicio (y final) en la localidad de Aín (Ahín en castellano). Este municipio está situado en la zona oeste de la comarca de la Plana Baixa, cercano a las comarcas del Alto Palancia y del Alto

Mijares, lo que le proporciona unas características específicas y singulares.

Para acercarnos a Aín (Latitud 39° 54' 0" N – Longitud 0° 20' 25" O) accederemos por la carretera CV-223. El inicio y terminación de la ruta senderista es la plaza de Aín donde está el Ayuntamiento.

Es una ruta circular de 14,5 kilómetros para realizar en un tiempo estimado de 4 horas y 45 minutos. La altura máxima es de 1099 msnm y la altura mínima es de 380 msnm con unos desniveles acumulados de 1015+/958-, de dificultad media-alta.

El sendero transita por espacios naturales protegidos, es decir, por el PN de la Sierra de Espadán y por zonas LIC y ZEPA (Red Natura 2000). La cartografía recomendable es IGN -1:25000- Gaibiel 640-I; Onda 640-II, Segorbe 640-III y Artana 640-IV.

En la ruta, vamos a ir entrelazando diversos senderos, de tipo local (SL-CV-27), de pequeño recorrido (PR-CV-63.6) o gran recorrido (GR-36) y trozos de senda sin homologar, pero perfectamente identificables. En definitiva, el sendero está bien definido y señalizado en todo su recorrido.

Es recomendable utilizar botas de montaña y ropa adecuada para montaña invernal pues es una zona fría y con vientos en invierno.

Si la recorremos en verano tendremos cuidado con las altas temperaturas y la insolación, teniendo en cuenta, además que, de la fuente de la Pistola no mana casi agua, quedando únicamente como puntos de abastecimiento los pueblos que se recorren.



Puntos directrices

Nº	Nombre	Altitud	Distancia	Tiempos
1	Plaza Ayuntamiento	500 msnm		
2	Poste indicativo	489 msnm	0,23 km	0 h 07 min
3	Molí L'Arquet	495 msnm	0,65 km	0 h 15 min
4	Castillo de Aín	614 msnm	1,76 km	0 h 40 min
5	Collado de Íbola	790 msnm	3,25 km	1 h 20 min
6	Collado	851 msnm	3,66 km	1 h 25 min
7	Aljibe Tío Carregui	905 msnm	4,04 km	1 h 35 min
8	Pico Espadán	1099 msnm	5,77 km	2 h 15 min
9	Desvío pino	1000 msnm	6,10 km	2 h 25 min
10	Cruce derecha	660 msnm	7,41 km	2 h 45 min
11	CV-223	479 msnm	8,70 km	3 h 05 min
12	Puente Alcudia	455 msnm	9,70 km	3 h 15 min
13	Veó	404 msnm	10,80 km	3 h 35 min
14	Collado de Veó	551 msnm	11,75 km	4 h 00 min
15	GR-36	570 msnm	12,15 km	4 h 10 min
16	Plaza Ayuntamiento	500 msnm	14,50 km	4 h 45 min

(Distancias y tiempos acumulados, sin descansos)



Castillo de Aín



MORFOLOGÍA

La Sierra de Espadán, cuya cota más alta alcanza 1.106 msnm (Pico la Rápita), pertenece a las últimas estribaciones de la Cordillera Ibérica Occidental en su parte sudoriental, muy cercana al Mar Mediterráneo, orientándose perpendicularmente hacia la costa en dirección NO-SE y se encuentra situada entre las cuencas de los ríos Mijares y Palancia que la limitan por el norte y por el sur respectivamente.

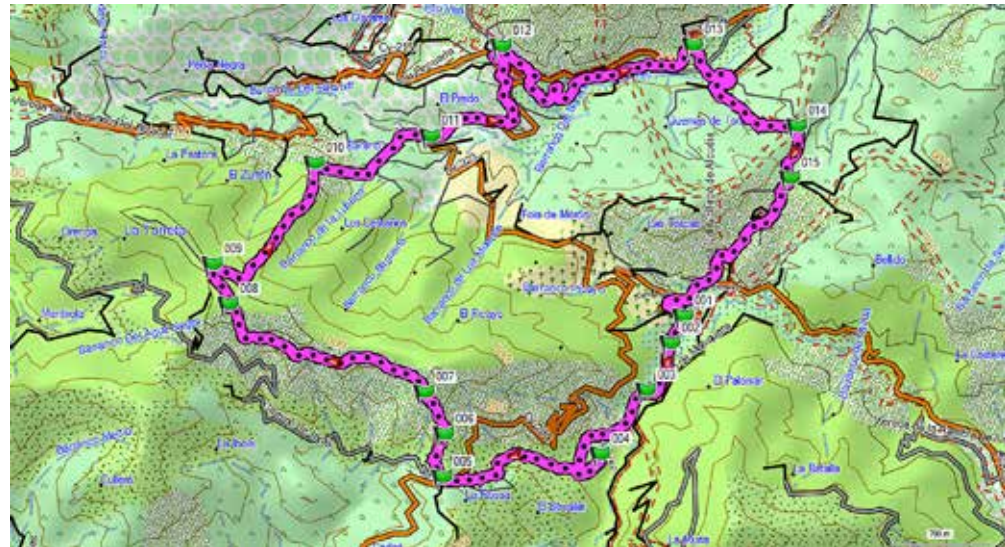
La morfología de la Sierra de Espadán es, principalmente, abrupta, a causa de la presencia de numerosos barrancos encajonados que cruzan el eje de toda la sierra. Además, la cercanía costera acrecienta esa percepción cuando llegas a ella desde la llanura de La Plana y los valles de los ríos que la circundan.

Geológicamente en la sierra de Espadán los materiales más ampliamente representados son del triásico en facies germánica, presentando una fuerte tectonización, siendo la fracturación el elemento dominante en su estructura. Seguramente uno de sus principales atractivos las are-

niscas rojizas del *Buntsandstein*, conocidas como rodenos. También abunda el substrato de naturaleza calcárea representado mayoritariamente por las calizas y dolomías del *Muschelkalk*.

La hidrología es un aspecto fundamental de toda la sierra con una red de pequeños arroyos y cauces que confieren unas características muy peculiares a todo este entorno natural.

En la Sierra de Espadán se pueden distinguir quince pequeños cauces (entre barrancos, ramblas y pequeños ríos) con cursos, en bastantes casos, cuasi permanentes de agua: los barrancos de Mosquera y El Arquet y del Zuro, la rambla de Ayódar, el río Chico; así como con los barrancos de Monte Castro, San Pedro Mártir, la Chelva y el río Veo son claros ejemplos de esta riqueza fluvial que motivó una industria artesanal y una arquitectura hidrológica rural de gran valor patrimonial: acueductos, molinos, estanques, acequias y aljibes así lo atestiguan cuando se recorre este espacio natural.



PAISAJE Y BIODIVERSIDAD

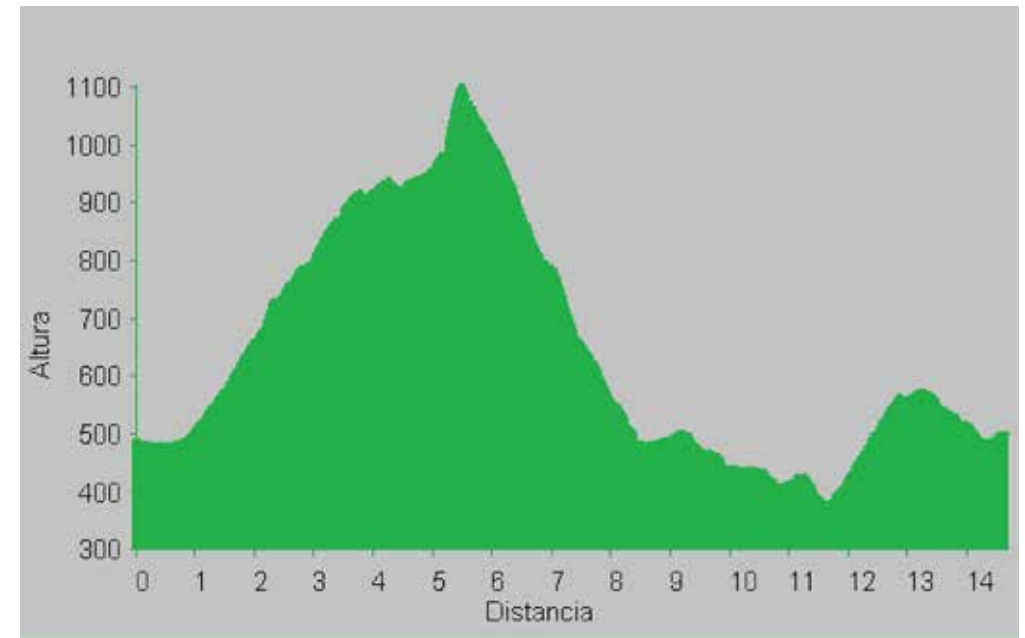
La gran extensión del Parque Natural de la Sierra de Espadán hace que abarque tres comarcas: Plana Baixa, Alto Mijares y Alto Palancia y, por consiguiente, un número importante de poblaciones: Algimia de Almonacid, Ayódar, Matet, Sueras, Tales, Vall de Almonacid, Alcudia de Veo, Aín, Almedíjar, Azuébar, Chóvar, Eslida, Fuentes de Ayódar, Higuera, Pavías, Torralba del Pinar y Villamalur. No obstante, la densidad demográfica es baja, no llegando mucho de estos pueblos a 180/200 habitantes, aunque la llegada del período estival hace que la población aumente de forma notoria.

La Sierra de Espadán es un macizo montañoso con fuentes, barrancos, arroyos, surgencias y escorrentías que unido a los suelos silíceos y ácidos le proporcionen un aspecto tan particular; los bosques de alcornoques (sureras), castaños

y pinares junto a otras especies como el quejigo, las jaras, los brezos, lentiscos o madroños, entre otras especies arbustivas hacen de él, una auténtica delicia.

Pero, además, en los suelos calcáreos la presencia de la vegetación mediterránea es abundante: coscojas, aliagas, carrascas, lentiscos y aromáticas llenan los enclaves; sin olvidar que en las zonas más umbrías y húmedas la presencia de musgos, líquenes y helechos dan una gama de tonalidades verdosas ciertamente bellas.

En un espacio de tanta biodiversidad botánica, la fauna es también diversa y abundante; entre las aves rapaces destacan el búho real, el cernícalo, el mochuelo, las águilas (calzada, culebrera y perdicera) o el cárabo. Muchos reptiles como el lagarto ocelado, la lagartija colilarga y las culebras de escalera o bastarda y, entre los mamíferos, los jabalíes, zorros, conejos, tejones y garduñas, habitan todo el espacio natural.





PATRIMONIO, ANTROPOLOGÍA Y ETNOGRAFÍA

En la Sierra de Espadán no sólo existen unos incuestionables valores medioambientales y ecológicos; además es destacable su indudable riqueza patrimonial: molinos, puentes, castillos, sistemas de regadío, caminos empedrados, pozos neveros, trincheras y fortificaciones de la guerra civil jalonan cualquier lugar que elijamos en los recorridos que la surcan en todas direcciones.

Desde el punto de vista etnográfico, el pasado morisco en la Sierra de Espadán tiene gran arraigo y dejó un importante legado.

El nombre de Aín se refiere a fuente en árabe. Este pueblo fue conquistado por Jaime I en 1238 al igual que Alcudia de Veo y Veo y quedaron bajo la supervisión del cadí de Eslida. Durante el siglo XVI

hubo fuertes combates entre cristianos y moriscos hasta su definitiva expulsión, lo que dejó toda la comarca con un vacío demográfico de gran magnitud.

El sendero propuesto recorre varios de estos elementos patrimoniales pues al transitarlo pasamos por molinos (L'Arquet, Molino de Abajo)), arco-acueducto que conducen acequias, balsas (la Bassa del Mig), castillo de Aín y castillo de Alcudia de Veo.

DESCRIPCIÓN DEL SENDERO

La ruta se inicia en la Plaza del Ayuntamiento de Aín (1) hacia la placeta de la Creu para continuar por la calle Calvario hacia las afueras de la población donde nos encontraremos un poste indicativo (2) y tomamos una pista siguiendo la señalización del SL-CV-27.

Dejamos la piscina a la izquierda y por tramo hormigonado subimos por el



Barranco de la Caritat e, inmediatamente, veremos un arco-acueducto; pasamos por debajo y llegamos al Molí L'Arquet (3) que dejamos a nuestra izquierda y nos adentramos en el barranco en constante ascenso, con vegetación muy frondosa, llegando al desvío indicado para subir al castillo de Aín, al que llegamos rápidamente en una senda escalonada (4).

Después de disfrutar de las magníficas vistas y de contemplar la fortaleza, retomamos nuestros pasos y volvemos a salir al sendero, empedrado y en buen estado, del barranco y empezamos a subir, ahora con más pendiente, en ciertos momentos encajonados por la exuberante vegetación: los pinos y alcornoques, rodean toda la subida, hasta llegar al collado de Íbola (5).

Al llegar a la CV-200 giramos a nuestra izquierda en dirección a Almedijar y a

escasos metros vemos la indicación de la cima de Espadán en un poste de señalización: PR-CV-63.6.

Comenzamos a ascender, constantemente por senda bien marcada, llegamos a un collado (6) desde hay unas vistas estupendas de toda la llanura de La Plana, para llegar en 380 metros al aljibe del Tío Carregui (7).

Aquí encontramos un cruce de sendas, bien señalizado y tomamos la de la izquierda hacia el Pico Espadán. Cruzamos diversos canchales y pedreras de rodeno, entre alcornoques de gran porte, en permanente subida.

Los últimos 250 metros antes de llegar a la cima son de dura subida, muy empinada, teniendo que utilizar las manos para darnos un empujón hacia arriba. Llegamos a un pequeño llano y cresteamos hacia la izquierda donde vemos las



Arco del acueducto y molino l'Arquet



Alcornoques en Espadán



afiladas puntas de la cumbre del Pico Espadán (8).

Las vistas son realmente espectaculares; se divisa toda la Plana (Alta y Baja), el imponente Penyagolosa, las comarcas del Alto Mijares y Alto Palencia, la cresta hacia el vértice geodésico llena de vegetación, el valle del río Veo, El alto del Pastor, la Rápita, los barrancos encajonados; en fin, un lujo.

Descendemos por la cresta hacia nuestra izquierda siguiendo las marcas del sendero hasta llegar a un pino enorme (hay varios, no confundirse), después de dejar unas trincheras de la guerra civil, donde hay que coger un sendero (9) que gira a mano derecha, dejando el sendero que traíamos.

A partir de aquí el descenso es constante por toda la cara norte, entre pinos, alcornoques y algunos castaños. Llegamos a un cruce (10) donde veremos a nuestra izquierda la CV-200 (Algimia-Alcudia de Veo), tomamos la senda de la derecha que termina en la CV-223.

En la CV-223 (11) caminamos en dirección izquierda unos 425 metros y lle-

garemos a una pista que nos lleva a una torre repetidora y bajamos hacia Alcudia de Veo para llegar al puente sobre el río Veo (12).

Caminamos por la carretera hasta llegar a la señalización del GR-36 que hay en otro puente, al lado de un establecimiento de hostelería. Caminamos por una senda empedrada entre huertos hasta llegar a una acequia que hay que continuar, con sumo cuidado, porque la vegetación la invade en bastantes tramos y hay zonas con evidentes alturas a nuestra derecha.

Llegamos a Veo (13) y no llegamos a entrar en la localidad sino que, siguiendo las marcas del GR giramos para descender hasta el mismo cauce del río Veo. Llegamos a la fuente de la Pistola y continuamos el GR por un sendero empedrado que, en varios zigs zags y en pendiente sostenida nos lleva a la Vereda del Collado de Veo (14).

Se comienza a ver Aín y rápidamente iniciamos el descenso (15) que nos lleva a la carretera que viene de Eslida y que, en escasos metros nos deja en el punto de partida (16)

Luis García Aragonés



Alcudia de Veo



VÍA FERRATA LA MULATICA DE ANDILLA

Andilla está a 887 msnm. en la comarca de la Serranía, a 71 km. de Valencia y cuenta como servicios turísticos de montaña con un par de casas rurales, tres bares, zona de acampada y algún cobijo forestal, además de un rocodromo y una decena de vías de escalada, cortas pero bien equipadas y numerosos itinerarios donde practicar senderismo, destacando el nudo de senderos de gran recorrido GR7 y GR10 además del PRCV 176 y otro PR pendiente de homologación.

La vía ferrata **La Mulatica** de Andilla se encuentra en este mismo municipio, su acceso desde Valencia se hace por la CV 35 hasta Casinos y luego a Villar del Arzobispo por la CV 345 y desde aquí por la CV 341 hasta dicha población. En la misma entrada del pueblo encontramos un panel explicativo de la ferrata, su difi-

cultad, trazado, material, precauciones y la señalética de acceso, entre el lavadero y el fronton (rocodromo).

1ª OPCIÓN, A pie por el GR 10 bien señalizado y agradable excursión que en 50 min. nos acerca al parking y área recreativa de la Fuente del Señor, que cuenta con paelleros, mesas y bancos, fuente y un pequeño refugio libre, desde aquí y ya fuera de las señales blancas y rojas del GR, parte un camino señalizado con unas estacas de madera coronadas de chapas metálicas en forja indicando el inicio de la ferrata y que en 10 minutos más nos deja al inicio de la vía. En estos últimos minutos el paisaje es muy bonito y aumenta conforme nos introducimos en el barranco de la Cingla, donde intuimos la ferrata y si nos fijamos descubrimos su puente colgante.



2ª OPCIÓN, En coche, también desde la misma entrada del pueblo siguiendo las anteriores señales de forja en 4 km (15 min.) de pista forestal en buen estado para turistas llegamos al área recreativa de la Fuente del Señor y desde aquí a pie por la descripción anterior.

La vía ferrata se encuentra en una área dotada de protección medioambiental como **Microreserva de Flora** zona digna de admirar por sus valores botánicos y geológicos, de proteger y cuidar, eso nos permitirá seguir disfrutando de una ferrata como ésta.

Está instalada por la empresa **Vents de Muntanya** y es propiedad del **Ayuntamiento de Andilla**, está catalogada como MD+ K4, recorrido técnico y mantenido, se nota la mano del escalador y guía de escalada en roca **Alfonso Machancoses**. La vía se desarrolla en roca arenisca roja,

rodano muy adherente, cubre unos 80 m de desnivel y recorrido de unos 150 m aproximadamente.

El desarrollo del itinerario tiene un primer tramo con algo menos de dificultad, con alguna repisa donde reunirse antes de cruzar el puente, y justo en el inicio del mismo hay una posibilidad lógica de escape, (roca PD) que lleva al sendero de descenso, con la posibilidad de hacer sólo medio recorrido. El segundo tramo, puente colgante, con tablas y bastante estable, tras pasar el puente, tercer tramo, la dificultad aumenta y también la sensación de vacío hasta la misma cumbre.

La duración del recorrido entero es de unos 50 minutos dependiendo del grupo.

Nunca esta de más cargar con una cuerda por si hiciese falta (niños, personas en dificultades, etc. **¡No es una vía de iniciación!**)



Una vez en la cima las vistas son impresionantes y el descenso está indicado por un cartel del que parte un senderillo que nos llevara en 15 minutos al cartel de inicio de la vía.

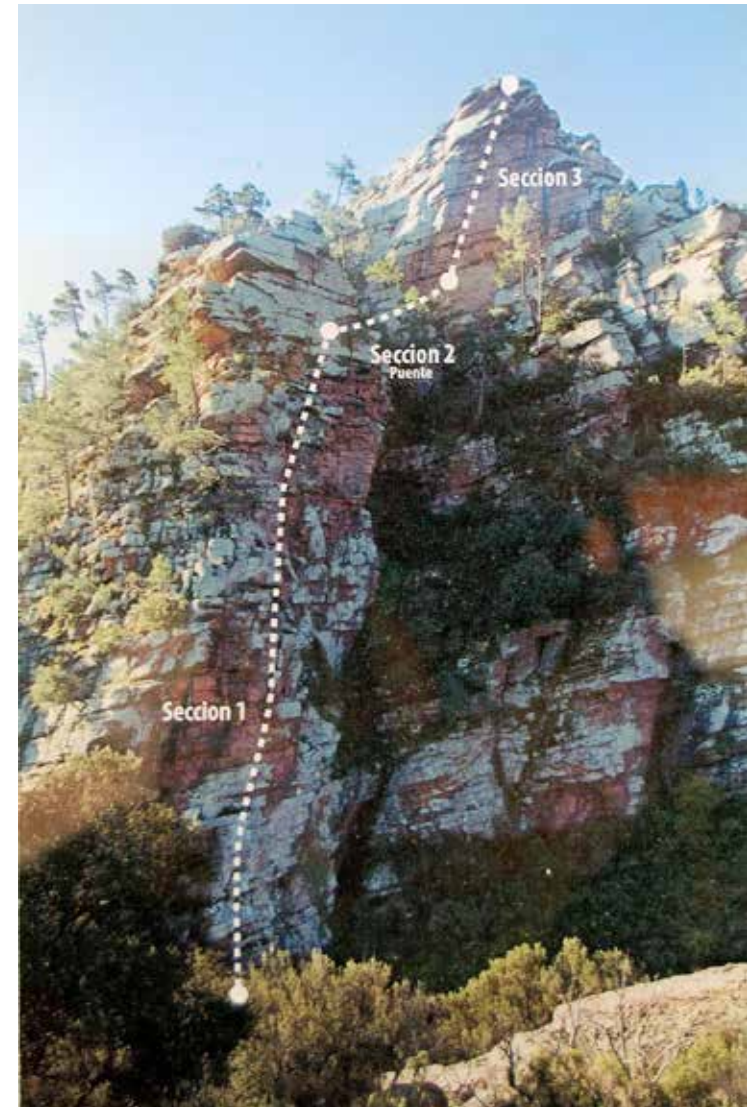
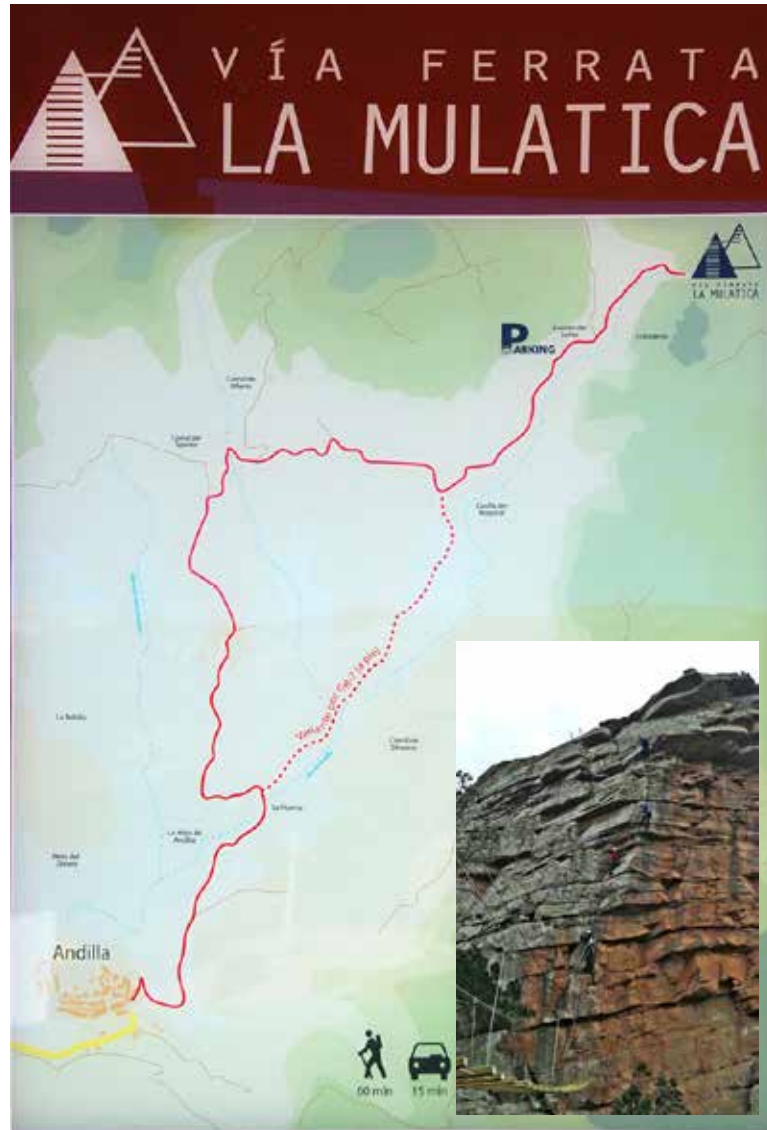
Itinerario de excelente equipamiento, químicos, inox, anillas para rapel cada 20m y un panel explicativo del recorrido

y uso de la instalación.

La ferrata esta orientada de NW su primer tramo y de N el segundo, junto con la altitud 1000 msnm aprox. Hace fácil que en invierno nos encontremos con temperaturas bajo cero.

David Blázquez

Técnico Deportivo de Alta Montaña



Características de la vía ferrata "La Mulatica" Esta vía ferrata tiene una longitud total de 150 metros y un grado de dificultad MD+ (K4) y se divide en tres secciones.

Sección 1: Pared vertical situada a la derecha en el fondo del barranco que va cogiendo altura hacia la derecha con un recorrido de unos 100 metros.

Sección 2: Esta parte de la ferrata unirá la pared que destaca en lo alto del paraje mediante un puente de 25 metros.

Sección 3: Última parte del recorrido, se trata de una hermosa pared situada en lo más alto del barranco, es la sección con más verticalidad con una distancia de unos 40 metros.

LA SIERRA DE BERNIA, (SECTOR OESTE) A RAS DEL MAR MEDITERRÁNEO

La Sierra de Toix está situada a caballo entre la Sierra de Bernia y Calpe. Además se encuentra rodeada de paredes que le han hecho sombra siempre y nunca ha sido una zona muy visitada.

Zona que se empieza a trabajar en los 80 por escaladores de Calpe y Altea, además de los Suizos Erika y Pel. El mayor crecimiento lo ha sufrido en este nuevo siglo y especialmente desde 2005 hasta la actualidad.

Su acceso es bastante fácil, lo mejor es tomar la AP-7 hasta la salida de Altea/Calpe (Salida 64), desde aquí deberemos seguir dirección Calpe por la N-332. La carretera va bordeando toda la costa pasando por los túneles del Mascarat. Una vez pasados los túneles, la carretera asciende, justo al llegar a la parte más alta veremos una entrada a mano derecha indicada con un gran panel que pone "Maryvilla", gran urbanización que ocupa toda la cara norte



de la Sierra de Toix. Como referencia también podemos tener una gran inmobiliaria situada a mano derecha en la misma entrada.

Para acceder a la zona de escalada entraremos en la urbanización debiendo girar en todos los cruces a la derecha, siguiendo indicaciones del castillo. Llegados al final de la calle aparcaremos allí. Hay que tener cuidado de dejar los coches bien aparcados y no molestar a los residentes ni ocupar parkings privados.

Desde el parking seguiremos el sendero que va hacia el mar (antigua pista), desde el cual podremos ver casi todos los sectores de Toix, el primero que veremos es Toix Oeste, son las paredes más próximas a las casas.

Suele ser un sector de peregrinación por parte de los escaladores extranjeros que visitan la zona ya que tiene muchas vías fáciles y les sirve como introducción a la escalada en la Costa Blanca. Por su orientación y situación es ideal para escalar durante todo el año, sol por las tardes y sombra por la mañana, pero hay otros sectores que estarán soleados todo el año.

En el sector hay gran variedad de vías, desde 1 largo hasta 5 largos, y el equipamiento es algo heterogéneo, vías completamente equipadas, semi-equipadas, y alguna que otra desequipada.

En la zona hay otros sectores como: Toix Iniciación, Anfiteatro, Toix TV, El Racó del Corb, Piratas del Caribe, Candelabros del Sol (conocido por los ingleses como Toix Sea Cliff), El Mascarat y el Castell de Calp.

Vía Espolón Limaban Extensión + Cresta de Toix

Ruta muy interesante por recorrer todo el filo de Toix. Los ingleses comienzan la cresta por la vía "Cilber", pero esta opción es mucho más agradecida y lógica, igual que la combinación de "Toix Integral" (en amarillo).

El largo 1 y 2 corresponden a la vía "Espolón Limaban" y están completamente equipados. Para el resto de largos, encontraremos cordinos y algún clavo por eso la recomendación de llevar algún empotrador pequeño y mediano.

Todas las reuniones están equipadas excepto en la cresta, pero es fácil instalarlas. Si no queremos seguir la cresta completa (muy recomendable), podemos rapelar desde la brecha, teniendo mucho cuidado de la caída de piedras (4 rápeles de 30 m).

Al llegar a la brecha, la opción más elegante es ir por la izquierda, con una pequeña trepada con un pino incordiando pero que nos lleva directos por el filo. La parte más aérea está un poco más adelante, un filo muy estético pero no difícil. Tras este tramo, el resto del itinerario es sencillo.

La vuelta se hace andando por el sendero que recorre toda la base de la pared desde las antenas.

David Mora

Espolón Limaban Extensión + cresta de Toix
5+ 170m + 350m de cresta

TARDE
☀️
12
🧰





REFUGIS DEL TORB

LA GRAN TRAVESÍA A PIE ENTRE NÚRIA Y EL CANIGÓ

La "Refugis del Torb", la gran travesía a pie entre Núria y el Canigó, es un itinerario de alta montaña que permite unir los dos lugares más emblemáticos del Pirineo Oriental, con las dos cumbres que los coronan: El Puigmal (2.910 m) y la Pica del Canigó (2.784 m). En medio descubriremos valles y crestas de gran tradición excursionista, como el valle de Coma de Vaca, el circo de Ulldeter, las Esquerdes de Rojà, el Pla Guillem, el Valle de Marialles, Mentet o Carançà.

El "Torb" (ventisca) es el viento impetuoso propio de la región pirenaica, que levanta y sacude la nieve, por lo que la visibilidad disminuye sensiblemente. Por lo que las fechas más aconsejables para realizar la travesía será el verano, entre los meses de junio y septiembre.

Las comarcas pirenaicas catalanas de el Ripollès, el Vallespir y el Conflent, separadas por una frontera interestatal desde el Tratado de los Pirineos (7 de noviembre de 1659), se nos muestran como una sola unidad biogeográfica, paisajística, cultural y antropológica. La travesía nos permitirá convivir con

pastores y rebaños del norte y del sur que se han encontrado desde tiempos remotos en los pastos de alta montaña, rehacer los caminos de los peregrinos que iban a Núria desde Pi, y unir en una sola vivencia la grandeza de estos territorios. Porque más allá de las fronteras políticas y administrativas hay y había, además de la relación humana y económica, un vínculo muy fuerte, que lo da la propia montaña, y la llama y la fuerza mítica creada por el legendario y las creencias religiosas vinculadas a dos cimas emblemáticas, el Canigó y el Puigmal.



Mapa itinerario



EL RECORRIDO

Círculo de 126 km y 7554 m de desnivel acumulado que une el Valle de Núria, Ulldeter, la Montaña de Rojà y el Macizo del Canigó, diseñado para hacerlo caminando en siete etapas naturales. Los corredores pueden juntar varias etapas o hacerlo de un sólo tirón. Sigue los caminos históricos transitados durante siglos por estos lugares, siempre por los pastores trashumantes y sus rebaños, y luego también por los excursionistas. Etapas:

- Núria – Ulldeter
- Ulldeter – Marialles
- Ascensión al Canigó
- Marialles – Mentet
- Mentet - Ras de Carançà
- Ras de Carançà – Núria
- Ascensión al Puigmal

EL FUNCIONAMIENTO

- El periodo de funcionamiento de la travesía es la temporada de verano, entre los meses de junio y septiembre.
- Una central de reservas facilita los alojamientos y la información necesaria en www.refugisdeltorb.com.
- La travesía se puede empezar en Núria, Ulldeter, Marialles o Mentet. Al comenzar habrá que pasar por el alojamiento del lugar donde se empieza para recoger el paquete de bienvenida.
- Se trata de fichar la tarjeta de paso en los alojamientos de Núria, Ulldeter, Marialles, Mentet y Ras de Carançà. Si se acaba la travesía habiendo sellado la tarjeta de paso en los alojamientos reservados, se recibirá el obsequio final, una camiseta técnica.
- El orden, la duración y el sentido horario / antihorario son indiferentes.
- Se puede dividir el itinerario en dos y hacer la travesía en dos fases.





LA TRAVESÍA: DESCRIPCIÓN DE LAS ETAPAS CAMINANDO

Etapa Núria - Ulldeter

los dos puntos más clásicos del excursionismo catalán unidos por el mítico Camí dels Enginyers y el Valle de Coma de Vaca. Etapa de panorámicas excepcionales sobre el Valle de Ribes, y que entra en el Valle de Camprodon por el Collado de la Marrana.

Distancia: 15,23 km	Tiempo estimado: 6-8 h
Altitud min: 1.930 m	Altitud máx: 2.507 m
Desnivel acumulado +: 1.217 m	Desnivel acumulado -: 1.181 m
Cima opcional: Bastiments (2.883 m). Añade +376 m desnivel a la etapa	

Etapa Ulldeter - Marialles

Considerada la etapa reina de la travesía por su longitud, une en una sola etapa Ulldeter y el Macizo del Canigó. Las Esquerdas de Rojà y el Pla Guillem ofrecen 360° de panorámicas: del Vallespir al Golfo de Rosas, del Carlit a la Llanura del Rosselló, de la Garrotxa a Montserrat ...

Distancia: 22,29 km	Tiempo estimado: 7-9 h
Altitud min: 1.706 m	Altitud máx: 2.414 m
Desnivel acumulado +: 718 m	Desnivel acumulado -: 1.005 m
Cima opcional: Roc Colom (2.506 m). Añade +119 m desnivel a la etapa	

Etapa de ascensión al Canigó

La montaña sagrada de los catalanes. Sus 2.784 m levantados sobre la Llanura del Rosselló, junto al mar, hicieron creer durante siglos a autóctonos y gente de paso que era la montaña más alta de los Pirineos. El ascenso desde Marialles es franco y con el punto de emoción que aporta al final la divertida "chimenea", que puede no gustar a las personas con vértigo.

Distancia: 16,44 km	Tiempo estimado: 6,5 – 8 h
Altitud min: 1.700 m	Altitud máx: 2.784 m
Desnivel acumulado +: 1.084 m	Desnivel acumulado -: 1.084 m



+ info
www.refugisdeltorb.com
info@refugisdeltorb.com



Etapa Marialles - Mentet

Descenso a las entrañas del Pirineo profundo, los pueblos de Pi y Mentet nos muestran serenamente la vida a otro ritmo. Etapa para descubrir las aldeas habitadas más altas del Conflent, y las reservas naturales de Pi y Mentet.

Distancia: 13,92 km	Tiempo estimado: 4,5 – 6 h
Altitud min: 922 m	Altitud máx: 1.749 m
Desnivel acumulado +: 1.128 m	Desnivel acumulado -: 1.303 m
Cima opcional: Pic de Tres Esteles (2.099 m). Añade +338 m desnivel a la etapa	

Etapa Mentet - Ras De Carançà

Desde uno de los pueblos más aislados del Pirineo Oriental pasaremos a un valle solitario lleno de encantos: el Valle de Carançà. Desde sus lagos glaciales al pie del Pic de l'Infern, hasta las profundas Gorges de Carançà, este valle no pasa nunca inadvertido por los excursionistas, hay que conocerlo.

Distancia: 9,88 km	Tiempo estimado: 3,5 - 5 h
Altitud min: 1.472 m	Altitud máx: 2.340 m
Desnivel acumulado +: 918 m	Desnivel acumulado -: 613 m
Cima opcional: Puig de Ribes Blanques (2.445 m). Añade +147 m desnivel a la etapa	

Etapa Ras De Carançà - Núria

Un clásico de la alta montaña pirenaica, una travesía de las de toda la vida. Paso natural transfronterizo cargado de historia, el Coll de Carançà y el Coll de Noucreus las han visto pasar de todos los colores, romeros, contrabandistas, exiliados y excursionistas.

Distancia: 12,05 km	Tiempo estimado: 5,5 – 7 h
Altitud min: 1.792 m	Altitud máx: 2.771 m
Desnivel acumulado +: 991 m	Desnivel acumulado -: 845 m
Cimas opcionales: Noucreus (2.799 m) y Noufonts (2.861 m). Añade +273 m desnivel	

Etapa de ascensión al Puigmal

Esta cumbre de 2.910 m, la más alta de este sector del Pirineo hasta el mar Mediterráneo, es uno de los primeros y más emblemáticos del excursionismo tradicional catalán, subido infinidad de veces desde hace más de 150 años. Un reto ineludible para cualquier excursionista.

Distancia: 8,94 km	Tiempo estimado: 5 – 6 h
Altitud min: 1.957 m	Altitud máx: 2.910 m
Desnivel acumulado +: 950 m	Desnivel acumulado -: 950 m



REFUGIS DEL TORB
 La gran travessa a peu entre Núria i el Canigó
www.refugisdeltorb.com

Refugis del Torb

Otra posibilidad es el TOUR DEL CANIGÓ (www.tourdelcanigo.com), en cualquiera de las dos rutas, los federados de la FEMECV tienen 15 € de descuento en la reserva de los alojamientos.



SEGURIDAD EN MONTAÑA Y APPs PARA TELÉFONOS MÓVILES

Este artículo creo que es necesario para poder informar a todos los montañeros de que las nuevas tecnologías pueden hacer que nuestras excursiones sean más seguras, en primer lugar espero que no tengamos que utilizarlas, ya que eso supondría que hemos tenido un percance. La formación y planificación es la base de la prevención en montaña y esto es un recurso más. No dejes nunca en montaña todas tus opciones en la tecnología.

También tendríamos que hacer hincapié en que una excursión bien planeada y organizada no tendría que resultar peligrosa en su desarrollo, pero tenemos que tener en cuenta que con estas aplicaciones nos aseguraremos de una rápida atención y sobre todo en alguna de ellas el poder suministrar a quien tenga que realizar el rescate, nuestra ubicación en coordenadas ya que es la manera más fácil y sencilla de poder encontrarnos en el menor tiempo posible, que es muy importante.

También recordad, si no tenemos cobertura no funcionarán, así que buscaremos, si es posible, cobertura y permaneceremos en esa posición hasta que lleguen a rescatarnos.

42 **E**mpezaremos con la App ya conocida WhatsApp, la cual todos ya conocemos lo que no tenemos muy claro es como esta aplicación de mensajería instantánea puede ayudarnos a que nos localicen y poder ser rescatado rápidamente.

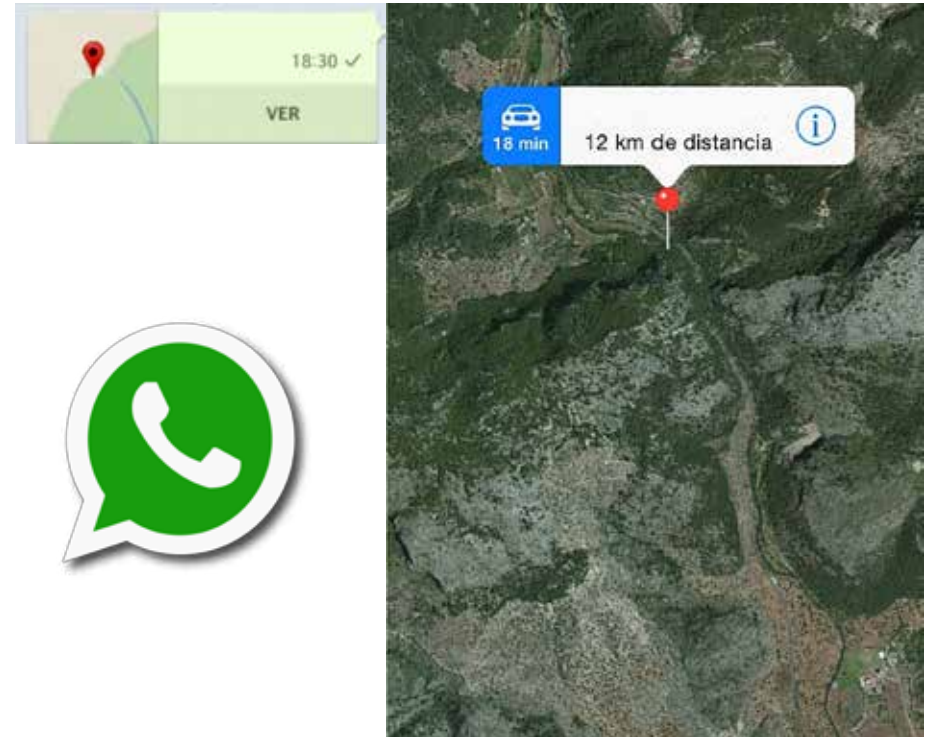
Primer paso es tener activado el GPS en nuestro teléfono móvil.

Entramos en la aplicación de Whatsapp y seleccionamos el contacto al que queremos enviar la ubicación.

Pinchamos en el icono de adjuntar archivos (el clip).

Y seleccionamos el dibujo del mapa que pone Ubicación, tendremos que esperarnos un poco, hasta que sea más precisa la ubicación, normalmente puede tardar hasta 2 minutos, cuando tengamos una ubicación menor de 50 metros ya podemos enviarla.

El contacto que le recibe nuestra ubicación, sólo pulsando, le saldrá incluso la distancia que nos separa.



43



Esta aplicación desarrollada para organizar y agilizar el rescate, ya que al llamar teléfono 112 o 911 más cercano mediante nuestra ubicación.

Uno de los problemas ahora mismo es que no todas las comunidades lo tienen instalado.

Uno de los detalles que distingue y hace que esta aplicación sea de las mejores, es que guarda y envía el recorrido (siempre que la comunidad tenga instalado en sus sistemas el Alpify), así que una vez se sincronizaran podrían saber que recorrido hemos realizado y así localizarnos más rápidamente.



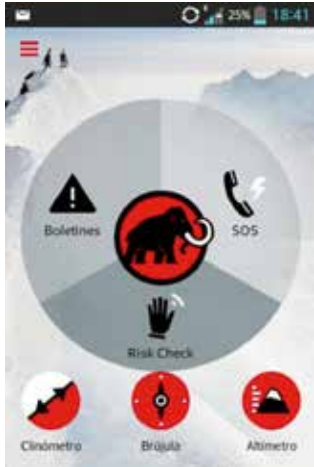
Teniendo el localizador encendido nos podrán encontrar más fácilmente.

Aunque no tengamos cobertura de internet, el sms sí que nos serviría ya que enviaría datos a partir de sms.





Mammut Safety
Mammut Sports Group AG



App creada por la marca **Mammut**, lo cual ya nos da una tranquilidad, puesto que tienen una gran trayectoria en la creación de materiales técnicos de montaña y la creación de esta App no podía ser menos.

Su instalación es sencilla, está en castellano, su coste es gratuito, tiene dentro de la aplicación, un enlace a boletines de nieves, el cual está muy bien, un pequeño manual de riesgos, que es interesante leerse, y un enlace directo a llamada de emergencias, enviando nuestras coordenadas a un teléfono en formato SMS.

También en su pantalla principal, tiene incluidos 3 enlaces, un clinómetro (para estimar el ángulo de la pendiente), una brújula (para determinar la exposición de la pendiente) y un altímetro, los cuales me parecen muy precisos y útiles, siempre que sepamos cómo utilizar estas herramientas.

Y como no, un enlace a equipamiento, de materiales desarrollados por Mammut.



La aplicación **SOS SPORT**.

Aplicación también gratuita, creada con la idea de cuando uno marcha sólo a una excursión (no es recomendable), pero puede suceder.

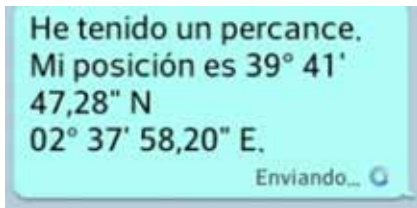
Sencilla instalación, sólo tendremos que configurar una serie de parámetros, tiempo que estaremos como máximo parados, distancia mínima que recorreremos y duración de la alarma antes del envío de SMS, al teléfono que le indiquemos.



SOS Sports
epinanab

Programamos cuánto tiempo necesita la aplicación, que si ve que estamos en el mismo lugar sin movernos da la alarma, por ejemplo 10 minutos (cuidado si paramos a almorzar detener la App), pasados esos 10 minutos se pone en marcha una serie de ruidos y vibraciones durante 30 segundos que si en los cuales no pulsamos la pantalla (es bastante fácil pararlo incluso con guantes), envía inmediatamente un mensaje con nuestra localización al teléfono que hemos configurado.

La aplicación es muy útil y bastante exacta, la he probado y me ha convencido.



Por último pero no menos importante, es una App distinta a las demás, no tiene nada que ver con la montaña ni con el deporte, pero este técnico que escribe el artículo ha estado haciendo comprobaciones y podríamos utilizarla en alguna ocasión.

AndroidLost.com

Se trata de una App por si perdemos nuestro Smartphone, tenemos que descargar la App e instalarla en el teléfono, rellenar una serie de datos normales, es gratuita, pero está en inglés, es la única pega que le he encontrado.

Imaginaros que perdéis el teléfono, o lo extraviáis por casa, con la contraseña y el correo que dimos de alta en la web de esta App, podemos hacer cosas tales como, que suene aunque este en silencio, una localización, una foto, bloquearlo, borrar los datos...más detalles interesantes en caso de extravío.

Si salimos de excursión, y nuestra pareja o amigos, ven que se hace la hora y no regresamos, si les has facilitado la contraseña de la web, podrían localizarnos y saber dónde estamos con una exactitud de 25 metros, bien utilizado, como las otras App, pueden hacer que el rescate sea más rápido y efectivo.

Espero que todas estas App, os hayan servido para plantearos nuevas formas de hacer que vuestras excursiones sean más seguras.

Miguel Ángel Conejero



SOS enviado desde, Lat: 39.69312 , Lon: 2.6343





EL CAMINO HACIA LA CIMA ES UNA RUTA EN SOLITARIO

En nuestro camino hacia nuestros objetivos, ya sean competitivos o personales la batalla más dura se libra en nuestro interior. Nosotros mismos somos los jueces más severos, los más duros y críticos que existen.

Cuando estoy escalando o cuando hago algún gran trekking en el que las horas de caminata se acumulan, es como si dentro de mi interior aparecieran dos yoes; un yo que da órdenes y otro que las ejecuta. Desde hace tiempo sabía que existían pero nunca me había parado a pensar que la relación que existiera entre ellos pudiera determinar tan drásticamente que consiga finalmente llegar al TOP o que desistiera y me quedase en el camino.

He podido comprobar recientemente cómo la relación entre mis dos yoes ha ido cambiando progresivamente durante el último año. Antes yo misma me boi-

coteaba continuamente diciéndome: no puedo más, no tengo la suficiente fuerza, me falta técnica, no se respirar bien, incluso me exigía mucho en determinadas ocasiones diciéndome tienes que hacerlo, debes hacerlo, los demás esperan que lo hagas,... es entonces cuando escalaba (sin saberlo) más tensa, con una respiración desacompañada, y sin dejar de pensar en cómo debería escalar, dónde debía poner la mano o el pie, pero esta sólo es la primera fase. Después, por si no fuera suficiente me volvía a boicotear diciéndome: hoy no es tú día, llevas mucho tiempo entrenando para nada, deberías hacerlo mejor, los demás esperaban más de ti,... esta era la segunda fase. Y para terminar seguía diciéndome: no vales para esto, no vales para competir, dedícate a otra cosa,... en una tercera fase.



Ahora sé que si te crees lo que te dices empiezas a actuar como si realmente no sirvieras para eso, como el actor que interpreta el papel que le toca. Pero de la misma manera que interpretas este rol puedes elegir interpretar otro distinto.

Lo que ocurre es que cuando tú mismo te boicoteas de esta forma tú yo nº 1 (el que da órdenes, el ego) deja de creer en el yo nº 2 (el que las ejecuta, tú parte inconsciente encargada también del sistema nervioso), y a pesar de que el yo nº 2 tiene todos los recursos necesarios, las fuerzas, la técnica y la táctica necesaria en su interior, no podrá desvelar todo su potencial si no recupera la confianza en tu yo nº 2. Porque la mente no es capaz de diferenciar si lo que te dices a ti mismo es verdad o no, y por tanto lo asume como cierto, y es entonces cuando asumes el papel de perdedor, o de mal deportista.

Hasta tal punto es esto es cierto que la mente es capaz de cambiar nuestro estado que en 1974, Meador (terapeuta de Nashville) tuvo un paciente, Sam Londe, un vendedor de zapatos que parecía tener cáncer de esófago, enfermedad que por aquel entonces se consideraba letal. A Londe le trataron ese cáncer, pero todo el mundo de la comunidad médica «sabía» que el cáncer de esófago reaparecería. Así pues, no les sorprendió que Londe muriera unas semanas después del diagnóstico.

La sorpresa llegó tras la autopsia en la que se encontró que no tenía cáncer de esófago, aunque sí escasos signos de cáncer en el hígado y pulmón, pero desde luego no los suficientes como para matarlo. Meador dijo en el Discovery Health Channel: «Murió con cáncer, pero no de cáncer». En otras palabras, murió porque pensaba que tenía cáncer.

Con esto quiero decir que es tan importante lo que nos digamos a nosotros mismos, visualicemos sobre nosotros mismos y sobre todo creamos de nosotros mismos que puede hacer que lleguemos a ser un gran deportista y consigamos grandes éxitos o que a pesar de tener todo el potencial dentro de nuestro interior sólo obtengamos grandes fracasos.

Para conseguir mejorar tú relación con tú yo nº 2 (el que ejecuta las acciones) y recuperar la confianza en nosotros mismos os dejo algunas estrategias que a mí me ha servido para escalar más relajada y conseguir grandes logros:

1. Deja de exigirte demasiado.

Cuanto te esfuerzas demasiado, te exiges mucho a ti mismo, tú cuerpo se tensa, empiezas a pensar, respiras de forma desacompañada, te llega menos oxígeno a los músculos, te cansas más y los resultados no son los esperados.

Para conseguir triunfar y lograr todo aquello que te propongas, debes confiar en tu cuerpo, dejar que sea tú cuerpo el que mueva los músculos para llegar una presa más arriba, para seguir la marcha en una carrera a pesar del cansancio, y llegar hasta la cumbre más alta.

“Si tu cuerpo ya sabe cómo escalar, correr, o hacer alpinismo, entonces deja que ocurra. Si no lo sabe, entonces deja que aprenda”.

2. Abandona todo juicio sobre ti mismo.

Esto fue para mí como quitarme un gran peso que llevaba continuamente sobre la espalda. Para ser el mejor, debes dejar de emitir juicios constantes sobre ti mismo, me refiero a dejar de pensar si lo estás haciendo mal o bien, porque estos juicios



crean interferencias en las acciones que el yo nº 2 realiza, distrayéndolo de la acción deseada.

Esto no quiere decir que no haya que ser conscientes de los errores, por supuesto que hay que observarlos pero no enjuiciarlos y sobre todo no enjuiciarnos a nosotros mismos. Nosotros no somos nuestras acciones, nuestros puestos en competición o nuestras ascensiones, nosotros seguiremos siendo los mismos escalemos 8a o IV. Esto, claro está, requiere una gran dosis de humildad.

3. Respeta el proceso natural del aprendizaje. Es muy importante reconocer que aprender es un proceso natural que opera en todo, es como ver, no necesitas esforzarte demasiado para ver pero sí lo haces empezarás a ver peor.

Además, no todo el mundo se encuentra en el mismo nivel de aprendizaje, igual que no cada planta se encuentra en el mismo nivel de desarrollo.

Para poder comunicarse más efectivamente contigo mismo observa la acción e imítala pues es la forma natural en

la que nuestro yo nº 2 aprende. Como cuando éramos niños y aprendimos a caminar, aprendimos mediante la imitación, pero sin juzgar si lo hacíamos bien o mal.

4. Pero quizá lo que más puede ayudarte a conseguir tus objetivos es aprender a mantener la mente en calma. Cuando mejor escalas es precisamente cuando no pienso, cuando estoy completamente relajada, cuando me siento plena, cuando más disfruto, cuando siento que estoy al máximo de mis capacidades, cuando me siento una con la experiencia, y es curiosamente también cuando más grado hago. Es como si estuviera meditando, en una especie de trance hipnótico, estoy en el aquí y ahora, libre de deseos, ambiciones y exigencias. Y cuando finalmente consigo llegar a la cima me siento afortunada, honrada por haberlo logrado y sin embargo no necesito atribuirte ningún mérito.

Para conseguir aumentar estos momentos de mente en calma, hay que **“Lograr concentrarse sin haberlo intentado. Pensar que puedes hacer lo que quieras hacer sin necesidad de esforzarte demasiado”** Pero... no creas nada de lo que te digo ponlo en práctica y compruébalo por ti mismo.

Si quieres más información puedes encontrarla en www.sueñoactivo.com

Quizá el camino hacia la cima sea una ruta en solitario, pero nuestra interpretación del camino nos hará disfrutar de una ruta maravillosa o convertirlo en una pesadilla, de ti depende.

Alba Sánchez
Coach Profesional



JORNADAS DE SEGURIDAD EN MONTAÑA FEMECV EN QUESA

El pasado 29 de Noviembre y organizado por: La “Federació d’Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana” el Ayuntamiento de Quesa y asesorados por la Escuela de Alta Montaña, tuvieron lugar en Quesa (Valencia) las Jornadas de Seguridad en Montaña FEMECV. Siendo un rotundo éxito por la gran cantidad de inscritos a las mismas y la calidad de los ponentes y participantes. Bomberos de Valencia y Alicante, así como Expertos en Autorrescate de la EVAM y Agentes del Grupo de Montaña de la Guardia Civil de Ontinyent y el 112CV.

Presentó las Jornadas José Ignacio Amat Segura director de la EVAM. Antonio González Davó vicepresidente 1º de la FEMECV y Jesús Requena el alcalde de Quesa.

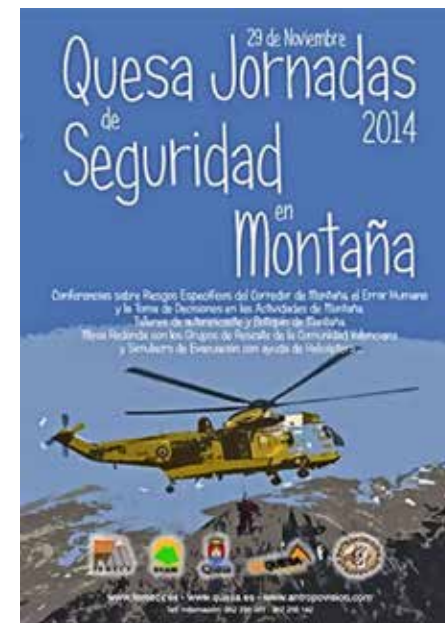
La primera conferencia fue impartida por Manuel Amat Castillo corredor y responsable del área de carreras por Montaña de la FEMECV y seleccionador Nacional de carreras por Montaña del 2010 al 2013 que trató sobre los riesgos inherentes en las carreras y cómo actuar para minimizarlos. Comentó cómo súper atletas como el corredor y esquiador catalán Kilian Jornet o el madrileño Raúl García por su continua presencia en los medios, los cuales realzan sus hazañas y son el espejo en que se miran muchos corredores “normales” que sin tanta preparación quieren emularlos con el riesgo que eso conlleva. Comentó también el reglamento de Seguridad, señalización, servicios de evacuación.

A continuación la conferencia de Darío San Miguel Cervera Médico de Medicina Aerodinámica y Cardiología Deportiva y experto corredor de ultratrail. Habló sobre diferentes estados en que podemos entrar, entre otros si no nos hidratamos bien, cómo la hipotermia o la hipertermia

que si no se corrigen derivan en deshidratación y o muerte súbita. Explicó cómo actuar en los diferentes estadios y dio las pautas para que esto no ocurra. También comentó los componentes de las diferentes bebidas isotónicas y sus carencias, recomienda el suero casero de toda la vida que es mucho más barato y más completo.

Al llover toda la noche anterior y casi toda la mañana no se pudo realizar el simulacro de rescate con helicóptero a cargo del Grupo de Rescate del Consorcio de Alicante. En su lugar en el recinto de las ponencias nos explicaron su forma de trabajo en rescate, tanto con el helicóptero como con perros, realizando un simulacro de rescate en superficies colapsadas con perros.

Acto seguido y ya en el exterior el Consorcio de Valencia realizó un simulacro de rescate con perros en la modalidad de venteo.



Cartel de las Jornadas



Por la tarde conferencia denominada *El error Humano y la Toma de decisiones en las actividades de Montaña*, por Antropovisión, asociación sin ánimo de lucro que tiene por lema "Ayúdanos a hacer las Montañas más Seguras" y dedica sus esfuerzos a inculcar hábitos y procedimientos seguros en la montaña proyectando audiovisuales y conferencias. José Ignacio Amat Segura Director de la EVAM, acompañado de Jaime Escolano, periodista y técnico deportivo de montaña.



José Ignacio Amat "Rizos" nos explicó entre otras cosas como el corredor, el montañero, el alpinista, etc. llega a cometer errores por falta de experiencia o por creer que ya lo sabe todo.

Dio unas pautas y consejos sobre cómo actuar en diferentes situaciones. Puntualizando "Los accidentes o situaciones límites no son lo mismo cuando te las cuentan o las ves en la televisión o otros medios de comunicación, que si te ocurren a ti mismo".

Me permito añadir esta frase: Cuanto más sabes te das cuenta de que menos sabes.

Después se realizó una Mesa Redonda compuesta por: Oficial del Grupo de Rescate de bomberos del Consorcio de Valencia, Javi Calabuig.

Oficial del Grupo de rescata de bomberos del Consorcio de Alicante, Salvador Luque.

Gema Tous responsable de formación y comunicación del 112CV.



Mesa de grupos de rescate, de izquierda a derecha: Salvador Luque (Sargento y Jefe del grupo de rescate de montaña bomberos Consorcio de Alicante), Xavier Calabuig (Oficial y jefe del grupo de rescate de montaña Consorcio de Valencia), José Ignacio Amat (Director de la Escuela Valencia de Alta Montaña), Gemma Tur (112CV) y Apolonio Delgado (Sargento Guardia Civil y responsable del GREIM de Ontinyent)

Responsable del Grupo de la Guardia Civil de Alta Montaña, Apolonio Delgado y moderó la mesa José Ignacio Amat Segura, Director de la EVAM.

Se comentó cómo y cuando se formó cada cuerpo y su forma de trabajo y el tan manido cobro de los rescates. Dando paso después a un turno de preguntas. Finalizando así esta exitosa jornada.

El día siguiente domingo 30 hubo dos talleres uno de autorrescate en vías ferratas y otro de botiquín de montaña e inmovilizaciones, con muy buena asistencia. Por lo tanto un "10" para estas Jornadas que espero se repitan en la Comunidad Valenciana.



Jesús Moreno

Vocal de la: SE-MAM. Seguridad y Rescate en Montaña y Refugios de la Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat valenciana.



II CONGRESO DE MONTAÑA DE VILA-REAL

El pasado mes de noviembre celebramos el segundo Congreso de Montaña de Vila-real (Castellón). Los congresos celebrados hasta ahora han sido organizados por los tres clubs de la ciudad que desarrollan sus actividades en la montaña: el Club Muntanya Vila-real, el Centre Excursionista Vila-real y el Club espeleológico de Vila-real.

El eje principal del congreso ha sido la Montaña en sus variados aspectos y actividades, agrupándolos en los objetivos deportivos de los tres clubs: escalada-alpinismo, senderismo-carreras y espeleobarranquismo.

Este hilo conductor de la montaña en todas sus variantes también ha involucrado a las dos federaciones que promocionan estas actividades: la FEMECCV y la FECV. Destacando en especial la participación de las dos federaciones en la primera edición



en diciembre de 2013 cuando celebramos una mesa redonda con los dos presidentes Francisco Durá e Hilario Ubiedo, en la que se desarrolló el tema de los rescates, su marco legal y responsabilidades.

Cada congreso se ha vertebrado en tres días de una semana, teniendo cada día un taller formativo y a continuación una ponencia, respetando que cada día se dedicara a las tres actividades básicas de la montaña.

Tuvimos la suerte de contar con figuras muy relevantes de la montaña como Ferran Latorre y Carlos Suarez, exponentes de una vida dedicada a la escalada, himalayismo y salto base que además de tener unos curriculums impresionantes fueron capaces de poner de relieve su gran capacidad comunicadora con un público muy numeroso que se acercó a conocer su trayectoria deportiva.

Como ponentes del área de la espeleología contamos con Jorge Membrado que nos transportó a su descenso a la cueva más profunda de la Tierra en Georgia y a la misma cima del McKinley. También Mario Gastón, que nos acercó al descenso durante 14 días de un gigantesco barranco virgen en las laderas del Manaslu en el Himalaya.

II Congrés de Muntanya de Vila-real NOVEMBRE '14

CONFERÈNCIES

<p>10</p> <p>Josep Lluís Viciano</p> <p>"L'home i les cavitats"</p> <p>Caixa Rural Vila-real Vila-real 19.30 h</p>	<p>12</p> <p>Mario Gastón</p> <p>"Les entranyes del gegant"</p> <p>Caixa Rural Vila-real Vila-real 19.30 h</p>	<p>14</p> <p>Carlos Suarez</p> <p>"Morir por la cima"</p> <p>Caixa Rural Vila-real Vila-real 19.30 h</p>
--	--	--

TALLERS TÈCNICS, CONCURS I EXPOSICIÓ DE FOTOGRAFIA

MÉS INFORMACIÓ A LA PÀGINA DE FACEBOOK

TOTES LES ACTIVITATS D'AQUEST CONGRÉS SON GRATUÏTES

Organitzen: VILA-REAL, CLUB MONTANYA DE VILA-REAL, CAIXA RURAL VILA-REAL

Col·laboren: Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana, FEDERACIÓ D'ESPORTS DE MUNTANYA I ESCALADA DE LA COMUNITAT VALÈNCIANA

Patrocina: Ajuntament de Vila-real, VILA-REAL



Además de la exposición exhaustiva de todos los usos imaginables de las cuevas a cargo de Josep Lluís Viciano, primer escalador del Peñagolosa. Y una ponencia muy motivadora que nos orientó en como conseguir nuestros objetivos como corredores de montaña a cargo de uno de los mejores Juanan Ruiz.

Junto a cada ponencia se realizaron talleres prácticos que han divulgado aspectos muy concretos de las actividades en la montaña, como el uso del gps mediante móviles; propiedades, uso y mantenimiento de las cuerdas; primeros auxilios, maniobras básicas con cuerdas,...

Dentro de las actividades realizadas, el concurso de fotografía nos aportó imágenes de una gran belleza de los diversos lugares en los que vivimos nuestro deporte.

Todas las actividades y ponencias fueron de asistencia libre y gratuita, gracias a



los patrocinadores, en especial el ayuntamiento de Vila-real y la Caixa Rural.

La participación fue numerosa, y no tan solo de los deportistas de la ciudad sino también de ciudades cercanas.

La interdisciplinidad del congreso nos ha permitido conocer personas y actividades que no se circunscriben a nuestra actividad en nuestro club habitual, divulgando la montaña a muchas personas ajenas a los clubs que han percibido el magnetismo misterioso de la montaña.



Puede que parezca un trabajo difícil o extraño organizar este tipo de actividad, pero compensa ver la repercusión social que tiene sobre la sociedad, divulgando estas actividades que les parecen temerarias. Cuando el público general ve tratar estos temas con seriedad, se acercan curiosos, y llegan a valorar nuestro deporte como una vivencia, en vez de calificarlo de hobby estrafalario para urbanitas.

Unir experiencias, vivencias y mentalidades de deportistas diversos nos enriquece a todos y nos hace ver con más claridad que la montaña es mucho más que esa actividad en la que nos especializamos y nos realizamos. Conocer mejor a los demás, y en lo que ellos creen, nos hace más grandes a todos.

Juanjo Chorro



MEMORIA MUJER Y DEPORTE 2014

El año 2014 fue un gran año de encuentros e ilusiones compartidas entre el colectivo femenino. Se realizó el 30, 31 de mayo y 1 de junio la Concentración de Escalada Femenina en Montanejos, esta vez tocada en Castellón pues como ya todas sabéis se va rotando de provincia para intentar llegar a todas las federadas de la Comunidad.

Comunidad Valenciana,) incluso de otros países. Durante el encuentro se realizó una búsqueda de balizas por los distintos sectores, una proyección a cargo de Neskalatzailek, hubo guardería, actividades, baile, cena, sorteo de material, chocolatada y concurso de fotografías. Pero lo mejor, como de costumbre, es el buen ambiente que se respira entre las escaladoras.

¡¡¡Gracias chicas!!!

Para terminar el 2014 se realizó un Taller de Coaching para Deportistas Tecnificadas Femeninas los días 13 y 14 de diciembre en el CAR de Barcelona. Durante el mismo vimos varios videos de motivación, nos propusimos objetivos, creamos nuestro plan de acción,



Durante la actividad pudimos contar con guardería, biodanza, una proyección: "La escalada. Un regalo de la vida" a cargo de Ana Esteve, una charla de motivación realizada por Alba Sánchez, cena, baile, chocolatada, y sorteo de material. Fue un gran fin de semana en el cual estuvieron presentes cerca de 60 personas.

Pero como nuestras chicas están repletas de energía del 24 al 26 de octubre con motivo de la Concentración Anual de Escaladoras organizada por el Comité de Mujer y Deporte de la FEDME, reunimos dos furgonetas llenas de mujeres, que la FEMECV puso a nuestra disposición, y nos dirigimos rumbo a Morata de Jalón (Zaragoza) ¡¡Una gran aventura!! Allí pudimos escalar con compañeras y amigas de toda España (Cataluña, País Vasco, Murcia,

nos conocimos más profundamente, hicimos ejercicios para aumentar nuestra motivación, para salvar nuestros obstáculos, conocimos como funciona nuestra mente, y mucho más. En definitiva un fin de semana repleto de actividades que se nos quedó corto.

Y después de varios años de trabajo, en el 2014 se celebraron las Elecciones de la FEMECV y el nuevo nombramiento de la Junta Directiva, es por ello que me despido de esta vocalía con un buen sabor de boca por las actividades realizadas, por los momentos compartidos y por las grandes mujeres que he conocido, dejando a cargo de esta Vocalía a una gran compañera y amiga escaladora Mónica Sanz. ¡¡¡Mucha suerte!!! Y nos vemos por la montaña.

Alba Sánchez Esteban



MEMORIA DE JUVENTUD 2014

Durante este 2014 la Vocalía de Juventud junto con el Director Técnico puso en marcha las competiciones de escalada para niños, con categorías sub 9 y sub 12. La primera competición en la que se abrieron estas categorías tuvo lugar en Canals realizada a cargo de DAC y fue todo un éxito con una gran participación juvenil.

Durante el mes de julio de 2014, Alba Muñoz y Jesús Gomis ambos integrantes del equipo de tecnificación de escalada, asistieron al encuentro organizado por el Club alpine Français Toulouse y la UIAA Youth Commission. Ambos califican la actividad como una fantástica experiencia durante la cual pudieron ver magníficos paisajes, conocer a escaladores y alpinistas de todo el mundo, de entre diez y setenta años, y fueron capaces de

superar retos personales como escalar grandes paredes en escalada clásica o deportiva. Sin duda una magnífica oportunidad para ser autosuficientes, para aumentar su autoestima y valía personal, para practicar idiomas, para conocer otras culturas y en definitiva para crecer como persona.

Con motivo de las elecciones celebradas en 2014 en la FEMECV, y la nueva creación de la junta directiva me despido y doy paso a la juventud, para que sea ella con sus inquietudes la que mejore y mantenga viva esta vocalía. Dejo a cargo de la misma a Alba Muñoz, una gran amiga que estoy segura lo hará genial. Por supuesto seguiré apoyándola y ayudándola en lo que necesite.

Alba Sánchez



MEMORIA ACCESO A LA MONTAÑA 2014

Durante el año 2014 la vocalía de acceso y protección de la montaña se centró en estar representada en cuantos más espacios naturales protegidos mejor, en las reuniones con la administración y en la realización de los informes necesarios para mantener el libre acceso a la montaña.

Las reuniones y encuentros a los que se asistió fueron las siguientes:

Se asistió a la mesa del PATFOR (Plan de Acción Territorial Forestal de la Comunidad Valenciana) de la cual formamos parte y al CAPMA (Consejo Asesor de Participación de Medio Ambiente).





Asistencia a las Juntas Rectoras del Parque Natural de Serra Gelada, Penyal d'Ifach el 22 de septiembre de 2014.

IV Encuentro de Representantes Federativos de Espacios Naturales protegidos celebrado en Granada durante los días 21, 22 y 23 de marzo, durante el mismo se expusieron los problemas de Sierra Nevada en las dos últimas décadas y las soluciones adoptadas por el director-conservador del parque. Se debatió también la situación del montañismo en los diferentes espacios naturales autonómicos, centrándose en las regulaciones de la escalada y el barranquismo, los problemas de seguridad, la situación de las competiciones de carreras por montaña y la repercusión de la crisis económica en las administraciones ambientales y su influencia en las actividades de montaña.

El día de la Montaña Limpia se celebró el 1 de junio en Rótava organizado por el Centro Excursionista de Rótava. Esta actividad es una de las tradicionales de FEMECV en la cual se denuncia la importancia de mantener limpias las montañas, pues nosotros somos los primeros interesados en mantenerla así pues somos los que más las transitamos.

Asistencia a la reunión de Accesos y Naturaleza organizada por la FEDME en Madrid.

Las alegaciones realizadas han sido las siguientes:

Proyecto de Decreto del Consell por el que se declaraban como ZEC los LIC "Lavajos de Sinarcas" (ES5232005), "Marjal de Nules" (ES5222005) y "Marjal dels Moros" (ES0000148) y se aprueban las normas de gestión de tales ZEC y de la ZEPA "Marjal dels Moros" (ES0000470).

Proyecto de Decreto del Consell por el que se declara como Zonas de Especial Conservación (ZEC) los Lugares de Im-

portancia Comunitaria (LIC) Riu Xúquer, (ES5232007), Curs Mitjà del Riu Albaida (ES5232008), Serra del Castell de Xàtiva (ES5232009) y Ullals del Riu Verd (ES5233047) y se aprueba su norma de gestión.

Proyecto de Decreto del Consell por el que se declara como Zona Especial de Conservación (ZEC) El Lugar de Importancia Comunitaria (LIC) "Serra d'en Galceran" (ES5223055) y se aprueba la norma de gestión de tal ZEC y de la ZEPA "Planiols-Benasques" (ES0000445).

Proyecto de Decreto por el que se regulan los aprovechamientos forestales en la Comunitat Valenciana.

Propuesta en Relación a Interferencias entre Actividad de Escalada y Fauna Rupícola en el Término Municipal de Borriol con fecha 11 de noviembre de 2013, en el cual se propone la desinstalación de las vías existentes y la abstinencia de realizar esta actividad a lo largo del periodo comprendido entre el 1 de diciembre y 31 de julio, coincidente con el ciclo reproductor del Águila perdicera (*Hieraaetus fasciatus*).

Se han realizado varias visitas a las zonas estudiadas, informes y alegaciones donde se propone que sean tenidas en cuenta las actividades de montañismo y escalada como actividades tradicionales en la Comunidad Valenciana, debiéndose realizar estudios previos exhaustivos muy concretos "in situ" y previos a las regulaciones.

Como todos los años se realizó también nuestra aportación a la Memoria Anual que realiza la comisión de Accesos y Naturaleza que realiza la FEDME.

Denuncias

Se denunció las pintadas aparecidas en el barranco de sanes Orihuela.

Alba Sánchez



MEMORIA DE ACTIVIDADES SENDERISTAS 2014



Com ja és habitual, des que en l'anterior legislatura em vaig fer càrrec de la Vocalia d'Activador del Senderista, els senderistes no hem faltat a la cita de traure les nostres activitats al butlletí. Encara que enguany per tema de les eleccions hem tingut menys temps per preparar la memòria de les activitats realitzades durant el 2014, no hem faltat a cita i hem recopilat i detallat les més significatives.

- Dia del Senderista.
- Marxa de Veterans de la Comunitat Valenciana.
- Dia de la Muntanya Neta.
- Campionat de Regularitat de la Comunitat Valenciana.

Cal recordar que ja fa molt de temps que els senderistes som un col·lectiu d'esportistes federats i que seguim estant presents en les activitats federatives de la FEMECV. Les nostres ac-

tivitats van dirigides als muntanyencs, des dels més grans als més xicotets i som una part fonamental de la Federació. A més, amb la nostra presència contribuïm al desenvolupament social i econòmic del medi rural. Les nostres activitats ens porten a recórrer tots els racons del nostre País Valencià per a donar a conèixer i gaudir de la seua cultura i història, així com del ric patrimoni històric, artístic i cul-

tural dels pobles i ciutats que recorrem.

També és cert que comença una nova etapa d'aquesta nova Vocalia d'Activador del Senderista i, com en totes les coses que s'engeguen en la FEMECV, nous projectes i noves etapes donen l'entrada a seguir per nous camins que ens porten a intentar millorar la connexió i les relacions amb els federats i les altres federacions o institucions.





Entre els projectes que intentarem dur endavant esta nova legislatura que comença des de la Vocalia d'Activador del Senderista, i que a més van ser proposats i recolzats en el programa del nostre President Francisco Durà Semper, a l'Assemblea de la FEMECV, destacarem els següents:

- Potenciar el Dia del Senderista.
- Donar recolzament al Comitè de Senderes de FEMECV.
- La Creació de Guardians de Senderes principalment dels PR i SL, per part dels Tècnics de Senders.
- Activació dels Senderistes per mitjà del seu Vocalia d'Activador del Senderista.
- Difusió i formació per a poder recórrer amb plena seguretat les sendes abalisades. Continuar impulsant i recolzant projectes o iniciatives, des de les entitats privades o públiques projectades cap a la ciutadania per a la seua pràctica i promoció.
- Organitzar el registre esportiu i públic de les senders, enllaçant-ho amb la Conselleria i la Federació Espanyola.

Con podeu veure treball no ens falta, però amb el vostre recolzament, no dubteu que s'intentaran portar endavant aquests projectes.

Finalment, voldria un any més des de la vostra Vocalia d'Activador del Senderista, animar-vos a encarar junts noves iniciatives i seguir potenciant les activitats federatives amb moltes ganes de gaudir dels esports de muntanya, que a la fi, és el nostre terreny de joc.

Francisco Sales Climent
Vocal Activador del Senderista



NOVES CURSES I NOUS CORREDORS AL CAMPIONAT DE LLIGA 2014

Corredors debutants en esta competició han sigut protagonistes pel seu nivel esportiu, que li han donat atractiu a la temporada que escomençava en gener.

Mario Bonavista, corredor del Club GR33 Tottrail de Castelló ha sigut el vencedor de la **Lliga Valenciana**, el campionat autonòmic més antic de carrera per muntanya a la Comunitat Valenciana. Este veí de L'Anglesola (La Iglesuela del Cid) ha sigut clar dominador de la competició, juntament amb **Silvia Miralles**, que ha pogut aconseguir el títol autonòmic de Lliga un any després de fer-lo amb l'Absolut.

El Campionat de Lliga 2014 constava de tres proves a disputar a les poblacions de Monòver, Almenara i Tavernes de la Vallidigna. Un repartiment territorial molt equilibrat que com a conseqüència ha obtès un èxit participatiu. També amb la novetat de tindre en Almenara un recorregut inèdit.

Per part femenina Sílvia Miralles (Mur i Castell Tuga) va dominar les dos primeres proves, escomençant molt forta a Monòver, revalidant a Almenara i defenent-se a Tavernes. La corredora de Xilxes ha tingut a **Melisa Galí** i **Raquel Martínez** com a aspirants, molt combatents.

Quant als xics, Mario Bonavista (GR33 Tottrail) ha donat un colp d'aire fresc a esta competició, que tant difícil accés té al corredors debutants per l'alt nivell. Mario venia d'una temporada anterior amb molts èxits, vencedor de la **Lliga Castelló Nord**, i ha demostrat la seua valua.

Cal destacar el paper de corredors com el veterà **Ignasi Cardona**, que va guanyar la primera prova i manté un ni-

vell de sénior de primer any. **Jonathan Roglá** que sempre ha lluitat per les primeres posicions. **Fran Macià** que ha posat en fila índia al cap de cursa en moltes ocasions. Estos darrers exemple clar de la nova fornada valenciana de corredors de muntanya.



Mario Bonavista

Crevillent rep els campions absoluts 2014 de carrera per muntanya de la FEMECV

Cristòbal Adell per tercera vegada consecutiva i **Melisa Galí** per primera, han sigut els vencedors del **Campionat Absolut** de carrera per muntanya FEMECV 2014. El **Mur i Castell Tuga** guanya els títols per equips masculí i femení disputat diumenge 23 de març a Crevillent.

El d'Albocàsser, que una semana abans disputava la Copa d'Espanya (marató) a Barcelona, va arribar una miqueta per davant de l'actual campió d'Espanya, Alfredo Gil (Mur i Castell Tuga). Tercer lloc



per a **Mario Bonavista** (GR33 Tottrail), que en esta ocasió va tindre més competència, i per darrere **Fran Macià** (Marathon Crevillent) i un magnífic **Carlos Pascual** (Marathon Crevillent) que s'ha colat entre els favorits.

Adell manté el regnat, "Son tres anys que han passat molt ràpid. Quan m'he volgut donar compte ja he guanyat tres cops el Campionat Autonòmic. Estic molt content!". Obté aixina el tercer títol consecutiu aconseguits a Albocàsser'12, Aigües'13 i Crevillent'14, superant el palmarès d'esta competició a **Emili Sellés** (2006-7) i **Miguel Àngel Sánchez** (2004-5).

Melisa Galí, que també portava una maratón de fa una setmana, va eixir forta com sempre. Meli va arribar en un moment de forma excepcional. La dos vegades campiona **Lola Peñarrocha** (GR33 Tottrail) ha intentat seguir-la, finalment segona. **Silvia Miralles** (Mur i Castell Tuga) tercera, no ha pogut revalidar el títol de 2013, però pot estar contenta de la temporada. Per darrere dura lluita entre **Raquel Martínez** (Mur i Castell Tuga) i **Míryam Talens** (Marathon Crevillent) en els darrers quilòmetres.

La competició ha estat organitzada de manera impecable per la Secció de Muntanya del Club d'Atletisme Marathon Crevillent, amb experiència d'anteriors ci-

tes. L'especial afició a este esport i el suc que li trauen a les seues muntanyes han pogut donar el caràcter que es mereix este Campionat que deu enaltir els millors corredors per muntanya de la Comunitat Valenciana.

Silvia Miralles i Ignasi Cardona guanyen el títol autonòmic de Carrera Vertical 2014

El 27 de setembre a La Vall d'Uixó es va disputar el **Campionat Autonòmic de Carrera Vertical** de la Comunitat Valenciana 2014, l'última de les proves oficials de la FEMEVCV i que va donar els títols autonòmics a la corredora de Xilxes **Silvia Miralles** (Mur i Castell Tuga) i al de Xàbia **Ignasi Cardona** (Mountain Llebeig), que revalidava el metall guanyat a Serra la temporada passada.

El club organitzador, Mur i Castell Tuga, presentava un circuit ràpid de 3.5 km i 450 m+ de desnivell que va modificar-se a última hora, però que donà bon resultat.

La modalitat Vertical de carrera per muntanya ha estat representada esta temporada pel Campionat a La Vall d'Uixó, únicament. Per a 2015 sí es disputarà afortunadament també la competició de Kilòmetre Vertical.

Miquel Giménez



MEMORIA PLAN DE TECNIFICACIÓN DE ALPINISMO 2014

1. DEPORTISTAS

El plan de tecnificación de Alpinismo FEMEVCV 2014 ha estado coordinado principalmente por el técnico coordinador Miguel Anta Sancho y por el hasta este año, director técnico Noel Blasco Ruiz. Este plan se centra en la formación técnica, entrenamiento físico y formación en materia de seguridad de los deportistas tecnificados con el fin de formar a alpinistas de alto nivel en todas las facetas del alpinismo como son la escalada, el esquí de travesía, autorrescate, orientación, etc.

Relación de Deportistas

Ramón González Ibáñez
Marta Pérez Bravo
Carles Belda Román
Joan Quesada Andreu
Pascual Castillo González
Lluís Vernich Palaci
Ignacio Pascual Millet
Beatriz de las Nieves López
Miguel Berenguer Ferrándiz
Ana Cristina Sierra Rodríguez
Manuel Castel Viel

2. ACTIVIDADES REALIZADAS

El plan de tecnificación de alpinismo realiza una concentración de entrenamiento y formación al mes, con una duración mínima de 48 horas. Las concentraciones se realizaran los fines de semana, pudiendo variar la actividad a realizar o la zona elegida para ello, en función de la meteorología o las condiciones en montaña. A continuación se detallan las concentraciones realizadas y programadas para 2014:





ENERO 10 al 12 Esquí de Travesía

El Plan de Tecnificación de Alpinismo se desplazó hasta la zona de Boi-Taull, con su estación de esquí y muy próximo al Parque Nacional de Aigüestortes. En ella se realizó la actividad arriba indicada tanto teórica como práctica, durante todo el fin de semana.



FEBRERO 15 y 16 Escalada Clásica

Dadas las escasas condiciones en Sierra Nevada y la cantidad de nieve acumulada en las últimas semanas en el Pirineo, se decidió dejar la salida de alpinismo y evaluar al nuevo equipo en cuanto a las maniobras más básicas de escalada, montaje de reuniones, rápeles, utilización de material flotante, friends y empotradores, comunicación, etc. desplazándose hasta la zona del Ponoig.



MARZO

La concentración del mes de marzo, estaba prevista para hacer algo de alpinismo invernal pero la meteorología y el estado de la nieve hizo dejar para más adelante. Se destinó a poner en práctica los conocimientos adquiridos en concentraciones anteriores referentes a maniobras de seguridad en escalada clásica en las paredes de la sierra de Aitana y Peñón de Ifach.



ABRIL Progresión en terreno nevado

Del 4 al 6 de Abril los miembros del Plan de Tecnificación de Alpinismo FEMECV se desplazaron a los Pirineos para continuar con su formación.

Por fin las condiciones del tiempo dejaron hacer una salida a los pirineos. La idea era hacer una salida para ir introduciendo los principios básicos del alpinismo, autodetenciones, anclajes en nieve y progresión en cordada, ya sea en ensamble o a largos pero por terreno nevado.



MAYO Auto-rescate

Del 16 al 18 de mayo el Plan de Tecnificación de Alpinismo FEMECV se reunió para realizar formación y práctica sobre maniobras de auto-rescate.

De cara a la salida de verano las concentraciones de los meses previos las dedicaremos a ver maniobras que nos ayudaran a movernos más ágiles y seguros en pared, pero en vez de dedicar toda la salida a aprender maniobras lo vamos conjugando con escalar para ir cogiendo más nivel.



JUNIO Auto-rescate

El Plan de Tecnificación de Alpinismo se volvió a juntar del 21 al 22 de junio en las paredes sombrías del Cabeçó para practicar la escalada de autoprotección y autorrescate.

JULIO

El Plan de Tecnificación de Alpinismo de la FEMECV viajó del 2 al 9 de julio de 2014 hasta Galayos (Sierra de Gredos) para realizar escaladas alpinas en esta zona de autoprotección 100 %.





SEPTIEMBRE Intercentros

Como todos los años por estas fechas hemos asistido al encuentro de planes de tecnificación organizado por la FEDME.

Este año se ha realizado en el refugio Elola de la Laguna Grande de Gredos coincidiendo con una concentración de escaladores. Además de los asistentes a la concentración, nos hemos juntado con los planes de tecnificación de Cataluña (femenino), Extremadura, Andalucía, Navarra, Murcia y Aragón.

OCTUBRE Escalada Artificial

Del 17 al 19 de octubre los miembros del Plan de Tecnificación de Alpinismo FEMECV se reunieron para formarse en las técnicas de escalada artificial en las paredes del Ponotx.

NOVIEMBRE Escalada Artificial

Del 7 al 9 de noviembre los miembros del Plan de Tecnificación de Alpinismo FEMECV se reunieron en el Ponoig para seguir haciendo actividad y subiendo su nivel. Aunque no era esta la salida inicialmente prevista que se había planeado para ser realizada en Órganos de Montoro, el factor meteorológico suele tener la última palabra, aunque finalmente se pudo realizar la actividad.

DICIEMBRE Encuentro intercentros Alpinismo FEDME (Benasque) y Practicas de escalada artificial, Ponotx (Polop)

El fin de semana del 20 y 21 de Diciembre se celebrara en Benasque el intercentros de tecnificación de alpinismo invernal de la FEDME, este es el primer año que se celebra y estará dedicado al esquí, con un programa muy interesante.

También este mes no todos los miembros del equipo pudo asistir a la actividad de intercentros y una parte de ellos realizaron practicas de escalada artificial, Ponotx (Polop).

P. Arturo Uréndez Vega
Director técnico FEMECV



CAMPEONATO PROV. DE ALICANTE, ESCALADA DE DIFICULTAD

Club Montaña Redován
12 de abril de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	1ª Alba Muñoz Franco
ABS. MAS	1º Carlos J. Puche Mostazo
	2º David Ruiz Pardines
	3º Jesús Gomis García
SUB 18 F	1ª Rocio Martínez Montes
	2ª Cristina Robles Anioarte
SUB 18 M	1º Anier González González
	2º Abel Sendra Vicens
	3º Pablo García Azorín
SUB 16 F	1ª Ana Buyolo Valdivia
SUB 16 M	1º Alejandro Ventajas Serrano
	2º Iker Ortiz Tudela
	3º Joan Sempere Bigorra
SUB 12 F	1ª Lucía Sempere González
	2ª Lucía Gomis García
	3ª Lucía Castells Aciego
SUB 12 M	1º Adrián Sánchez Núñez
SUB 9 F	1ª Carmen Castells Aciego

Clasificaciones completas en www.femecv.com



www.topoclimbingwalls.com



Redován (Alicante)



Canals (Valencia)

CAMPEONATO AUTONÓMICO DE ESCALADA DE DIFICULTAD

Club Muntanya y Escalada Directa al Cim - Canals (Val.)
22 de febrero de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	1ª Ainoa Martínez Martínez
	2ª Reme Arenas Botella
	3ª Ester Vidaurre Giner
ABS. MAS	1º José Luis Palao Peinado
	2º Roberto Palmer Soría
	3º Jonatan Flor Vázquez
SUB 18 M	1º Abel Sendra Vicens
	2º Anier González González
	3º Pablo García Azorín
SUB 18 F	1ª Rocio Martínez Montes
	2ª Cristina Robles Anioarte
SUB 16 M	1º Alejandro Ventajas Serrano
	2º Iker Ortiz Tudela
	3º Sergio Montesinos Vaquero
SUB 16 F	1ª Ana Buyolo Valdivia
SUB 12 M	1º Marc Ombuena Khamrah
	2º Adrián López Gil
	3º Sergi Tortosa Marco
SUB 12 F	1ª Lucía Sempere González
	2ª Violeta Bordonado Pastrana
	3ª Paula Valero García
SUB 9 M	1º Alberto Ribera Martínez
	2º Pablo Pérez Maset
SUB 9 F	1ª Lucía Castells Aciego 2ª Carmen Castells Aciego



CAMPEONATO PROV. DE ALICANTE, ESCALADA DE BLOQUE
Centro Excursionista de Callosa de Segura
17 de mayo de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	1ª María Alarcón Grau 2ª Reme Arenas Botella 3ª Sara Richart Belda
ABS. MAS	1º Jonatán Flor Vázquez 2º José Acamer Sanz 3º Ignasi Tarrazona Gasque
SUB 18 F	1ª Rocío Martínez Montes 2ª Cristina Robles Anioarte 3ª Ainhoa Ferrández Matas
SUB 18 M	1º Abel Sendra Vicens 2º Pablo García Azorín 3º Anier González González
SUB 16 F	1ª Ana Buyolo Valdivia
SUB 16 M	1º Alejandro Ventajas Serrano 2º Iker Ortiz Tudela 3º Joan Sempere Bigorra
SUB 12 F	1ª Lucía Sempere González 2ª Alba Buyolo Valdivia
SUB 9 F	1ª Carmen Castells Aciego 2ª Desirée López Manresa
SUB 9 M	1º Rubén Manresa Antón



Montesa (Barcelona). Foto Kike Sempere



Callosa de Segura



Clasificaciones completas en www.femecv.com / www.fedme.es

www.top30climbingwalls.com

CAMPEONATO PROV. DE VALENCIA, ESCALADA DE BLOQUE
Centro Excursionista de Montesa (Valencia)
4 de octubre de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	1ª Reme Arenas Botella 2ª Oiane Alarcón Martínez 3ª Sara Richart Belda
ABS. MAS	1º Jonatán Flor Vázquez 2º José Acamer Sanz 3º Jesús Gómez Perales
SUB 18 F	1ª Cristina Robles Anioarte 2ª Rocío Martínez Montes
SUB 18 M	1º Anier González González 2º Mario Albert Martínez 3º Pablo García Azorín
SUB 16 F	1ª María Santamaría Martínez 2ª Ana Buyolo Valdivia
SUB 16 M	1º Iker Ortiz Tudela 2º Joan Sempere Bigorra
SUB 12 F	1ª Lucía Sempere González 2ª Carmen Arranz Bornay 3ª Alba Buyolo Valdivia
SUB 12 M	1º Bernat Blay Bosch
SUB 9 F	1ª Mar Blay Bosch 2ª Carmen Castells Aciego
SUB 9 M	1º Alberto Ribera Martínez 2º Andrés Vila Andrés

CAMPEONATO AUTONÓMICO DE VELOCIDAD
Unión Excursionista de Eliche
25 de octubre de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	1ª Cristina Vidal Miguel 2ª Alba Muñoz Franco 3ª María Femenia López
ABS. MAS	1º Esteban González Martínez 2º Víctor Manuel Pérez Domínguez 3º David Andújar García
SUB 18 F	1ª Cristina Robles Anioarte 2ª Rocío Martínez Montes
SUB 18 M	1º Abel Sendra Vicens 2º Pablo García Azorín 3º Raúl Candelas Arias
SUB 12 F	1ª Lucía Sempere González
Veteranos M	1º José Juan Quesada Rebollo 2º Simón Linares Riestra



Cangas de Onís. Foto FEDME



www.top30climbingwalls.com

Clasificaciones completas en www.femecv.com / www.fedme.es

COPA ESCALADA DE DIFICULTAD ACUMULADA
FEDME - Zaragoza, Barcelona, Lérida
3 pruebas 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	13ª Diana Cabrero Gómez
SUB 20 F	4ª Alba Muñoz Franco
SUB 20 MAS	2º Jonatán Flor Vázquez 10º Jesús Gomis García 14º Marc Gregori Trillo
SUB 18 F	9ª Rocío Martínez Montes 10ª Cristina Robles Anioarte
SUB 18 M	9º Pablo García Azorín 12º Abel Sendra Vicens 20º Anier González González
SUB 16 M	2º Alejandro Ventajas Serrano 3º Iker Ortiz Tudela 19º Joan Sempere Bigorra

ESCALADA NACIONAL



COPA ESPAÑOLA DE ESCALADA EN BLOQUE ACUMULADA
FEDME, FEMECV, FEEC, FMM, FEMPA
4 pruebas 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	1ª Mari Carmen Alarcón Grau 8ª Raquel Lazaro Gámez 22ª Reme Arenas Botella
ABS. MAS	1º Jonatán Flor Vázquez 7º José Acamer Sanz 11º Ignasi Tarrazona Gasque

CAMPEONATO ESPAÑA DE PARAESCALADA DE DIFICULTAD
Climbat la Foixarda, Barcelona
12 de octubre de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
DISCAPACIDAD FÍSICA MASCULINO	1º Urko Carmona Barandiaran

CAMPEONATO DE BLOQUE ZARAGOZA
27 de septiembre de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. FEM	8ª María Alarcón Grau 9ª Mar Cervelló Cerdán 12ª Sara Richard Belda 14ª Raquel Lazaro Gámez
ABS. MAS	4º Jonatán Flor Vázquez 37º Carlos Puche Mostazo

CAMPEONATO ESPAÑA DIFICULTAD BARNIA 2014
Climbat la Foixarda, Barcelona
11 de octubre de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
SUB 16 MAS	2º Alejandro Ventajas Serrano
SUB 18 FEM	8ª Cristina Robles Aniórte
SUB 18 M	7º Anier González González 16º Pablo García Azorín
SUB 20 F	4ª Alba Muñoz Franco
SUB 20 M	1º Jonatán Flor Vázquez



Foixarda (Barcelona). Foto FEDME



www.top3oclimbingwalks.com

Clasificaciones completas en www.femecv.com / www.fedme.es



Zaragoza. Foto web

1ª PRUEBA COPA DEL MUNDO PARACLIMBING
Laval (Francia)
27 y 28 de junio de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
DISCAPACIDAD FÍSICA MASCULINO	1º Urko Carmona Barandiaran

3ª PRUEBA COPA PARACLIMBING - ARCO ROCK LEGENDS 2014
Arco (Italia)
28 y 29 de agosto de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
DISCAPACIDAD FÍSICA MASCULINO	1º Urko Carmona Barandiaran

2ª PRUEBA COPA DEL MUNDO PARACLIMBING
Imst (Austria)
3-5 de julio de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
DISCAPACIDAD FÍSICA MASCULINO	1º Urko Carmona Barandiaran

ESCALADA INTERNACIONAL



www.top3oclimbingwalks.com



Campeonato del mundo Gijón. Foto Desnivel

Clasificaciones completas en www.femecv.com / www.fedme.es





7ª COPA DEL MUNDO DE ESCALADA DE BLOQUE

Laval (Francia)

27 y 28 de junio de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
ABS. MAS	39º Jonatán Flor Vázquez



Foto web



Jonatán Flor (Arco). Foto web

CAMPEONATO DE EUROPA JUVENIL DE ESCALADA DE BLOQUE

Arco (Italia)

6 y 7 de septiembre de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
SUB 20 MAS	3º Jonatán Flor Vázquez
SUB 16 MAS	28º Alejandro Ventajitas Serrano



Foto web

CAMPEONATO DEL MUNDO DE PARAESCALADA DE DIFICULTAD

Gijón (España)

8-14 de septiembre de 2014

CATEG.	DEPORTISTA
DISCAPACIDAD FÍSICA MASCULINO	1º Urko Carmona Barandiaran



www.top30climbingwalls.com

Clasificaciones completas en www.femecv.com / www.fedme.es



CAMPEONATO AUTONÓMICO DE CARRERA VERTICAL
 Club Muntanya Peña Mur i Castell - La Vall d'Uixó
 27/09/2014

CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
ABSOLUTA Femenina	1ª Silvia Miralles Arnau 2ª Paqui Chacón Langa 3ª Amparo Alba Pardo
ABSOLUTA Masculina	1º Ignacio Cardona Torres 2º Juan Martínez Tortosa 3º Carlos Pascual Sempere
JUNIOR Masculina	1º Ramón Navarre Sanz 2º Salva Puchades Barreda 3º Bernat Mateu Escrig
CADETE Masculina	1º José Carlos Díaz García 2º Pedro Robles Valls 3º Borja Córcoles Satorre
MASTER Femenina	1ª Amparo Alba Pardo
MASTER Masculina	1º David Juliá Navarro 2º José Tomás Selles Santamaría 3º Salvador Selles Juan
VETERANA Femenina	1ª Paqui Chacón Langa 2ª Nuria Tormo Vila
VETERANO Masculina	1º Ignacio Cardona Torres 2º Óscar Pérez Sáez 3º José Vicente Sáez Martínez
PROMESA Masculina	1º Víctor Serrano Peces 2º Carlos Moreno García 3º Alejandro Córcoles Satorre





CAMPEONATO DE LIGA DE CARRERA POR MONTAÑA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA 3 PRUEBAS ACUMULADAS (Monóvar, Almenara, Tabernes)	
CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
ABSOLUTA Femenina	1ª Silvia Miralles Arnau 2ª Melisa Francisco Gali 3ª Raquel Martínez Rodríguez
ABSOLUTA Masculina	1º Mario Bonavista Domingo 2º Francisco Vicente Macià García 3º Jonathan Rotgla Altermann
CLUB Femenina	1º Club Muntanyisme Penya Mur i Castell Tuga 2º Centro Excursionista Eldense 3º S. M. Club Atletismo Petrer
CLUB Masculina	1º S. M. Club Atletismo Maratón de Crevillente 2º Club Muntanyisme Penya Mur i Castell Tuga 3º Club d'Esports de Muntanya 33
JUNIOR Femenina	1ª Patricia Torres Villar 2ª Andrea Martínez Font 3ª Ana Peydró Sánchez
JUNIOR Masculina	1º Guillermo Albert Lizandra 2º Jorge Rodríguez Salva 3º Salva Puchades Barreda
CADETE Femenina	1ª Ana Bisquert Ribes
CADETE Masculina	1º Francesc Mora Vidal 2º José Carlos Díaz García 3º Borja Córcoles Satorre
MASTER Femenina	1ª Yolanda Valiente Caballero 2ª Toñi Moreno Fernández 3ª Rosi Cantos Juan
MASTER Masculina	1º José Tomás Selles Santamaría 2º Felipe Gigante Garrido 3º Francisco Bernabeu Abellán
VETERANA Femenina	1ª Miryam Talens Belén 2ª Eva Belles Belles 3ª Antonia Valero Signes
VETERANO Masculina	1º Ignacio Cardona Torres 2º Óscar Pérez Sáez 3º Ángel Argente Payá
PROMESA Femenina	1ª Alba Beltrá Escolano 2ª Carolina Becerra Jover
PROMESA Masculina	1º Carlos Moreno García 2º David López Morcillo 3º Alejandro Córcoles Satorre



CAMPEONATO ABSOLUTO INDIVIDUAL Y POR CLUBES DE CARRERAS POR MONTAÑA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA (Crevillente, 23 de marzo de 2014)	
CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
ABSOLUTA Femenina	1ª Melisa Gali Francisco 2ª Lola Peñarrocha Alos 3ª Silvia Miralles Arnau
ABSOLUTA Masculina	1º Cristóbal Adell Albalat 2º Alfredo Gil García 3º Mario Bonavista Domingo
CLUB Femenina	1º Club Muntanyisme Penya Mur i Castell 2º Club d'Esports de Muntanya GR 33 3º S. M. Club Atletismo Petrer
CLUB Masculina	1º Club Muntanyisme Penya Mur i Castell 2º S. M. Club Atletismo Maratón de Crevillente 3º S.M. Club Atletismo Petrer
JUNIOR Femenina	1ª Andrea Martínez Font 2ª Patricia Torres Villar
JUNIOR Masculina	1º Guillermo Albert Lizandra 2º Reece Asik 3º Salva Puchades Barreda
CADETE Femenina	1ª Ana Bisquert Ribes
CADETE Masculina	1º José Carlos Díaz García 2º Borja Córcoles Satorre 3º Pedro Robles Valls
MASTER Femenina	1ª Yolanda Valiente Caballero 2ª Rosario Cantos Juan
MASTER Masculina	1º José Tomás Selles Santamaría 2º Felipe Gigante Garrido 3º Enrique Gallego Busto
VETERANA Femenina	1ª Miryam Talens Belén 2ª Paqui Chacón Langa 3ª Cristina Díaz Pérez
VETERANO Masculina	1º Óscar Pérez Sáez 2º Juan Navarro Martínez 3º Juan Argente Payá
PROMESA Femenina	1ª Carolina Becerra Jover
PROMESA Masculina	1º Víctor Serrano Peces 2º David López Morcillo 3º Javi Fons





CAMPEONATO DE ESPAÑA CARRERA POR MONTAÑA Isaba (Navarra) 1 de junio de 2014	
CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
SENIOR Femenina	3ª Melissa Gali Francisco
	12ª Silvia Miralles Arnau
	20ª Lola Peñarrocha Alos
	21ª Raquel Martínez Rodríguez
SENIOR Masculina	6º Mario Bonavista Domingo
	17º Francisco Vicente Maciá García
	22º Sebastián Sánchez Sáez
	46º Víctor Serrano Peces
	54º Diego Marín Fabra
75º Jonathan Rogla Altermann	
JUNIOR Femenina	9ª Patricia Torres Villar
JUNIOR Masculina	12º Guillermo Albert Lizandra
	15º Salva Puchades Barreda
	21º Reece Asik
	27º Juan Aracil López
28º Javier Brusel Obón	
CADETE Masculino	5º José Carlos Díaz García
	9º Borja Córcoles Satorre
	11º Juan Herrero Marco
PROMESA Femenina	1ª Alba Beltrá Escolano
PROMESA Masculina	5º Víctor Serrano Peces
	12º Alejandro Córcoles Satorre
	15º Carlos Moreno García
VETERANA Femenina	22ª Amelia Pérez Falomir
VETERANA Masculino	31º Francisco Bernabeú Abellán



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE KILÓMETRO VERTICAL Palacios de Sil (León) 1 de junio de 2014	
CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
SENIOR Femenina	11ª Alicia Hernández Maestre
	14ª Sofía García Bardoll
	15ª Erica Gumbau Bort
SENIOR Masculina	14º Carlos Pascual Sempere
	15º Francisco Vicente Maciá García
	18º Ignacio Cardona Torres
	20º Juan Martínez Tortosa
PROMESA Femenina	1ª Alba Beltrá Escolano
PROMESA Masculina	5º Carlos Moreno García
JUNIOR Femenina	6ª Ana Peydró Sánchez
JUNIOR Masculina	5º Ramón Navarre Sanz
	8º Salva Puchades Barreda
	13º Guillermo Albert Lizandra





CAMPEONATO DE ESPAÑA DE ULTRATRAIL Vistabella (Castellón) 17 y 18 de mayo de 2014	
CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
SENIOR Femenina	5ª Alicia Chaveli Peris
	7ª María Ángeles Aguilar Hernández
	8ª Sonia Escuriola Reula
	14ª Patricia Torres Moya
	17ª Ana Ribes Pallares
SENIOR Masculina	11º José Antonio Rojano Nova
	12º Dani Amat Asencio
	13º Juan María Jiménez Llorens
	20º Miguel Mataix Gracia
	22º Vicente José Moreno Gomis
	25º Miguel Serrador García
	26º Julio López Toribio
	29º José Manuel Bort Broch
	30º Jorge Pelegri Caballero
	VETERANA Femenina
5ª María Carmen Guzman Ruiz	
6ª Araceli Bronchud Climent	
VETERANO Masculino	7ª Estefanía Suller Ribes
	4º Ángel Merchante Alfaro
	6º Juanito Arquiola
	7º Julio Claramonte i Gil
	9º Juan Manuel Valero Pablo



5ª PRUEBA COPA DE ESPAÑA DE CARRERAS EN LÍNEA Haria (Lanzarote) 11 de octubre de 2014	
CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
ABSOLUTA Femenina	1ª Silvia Miralles Arnau
	7ª Melissa Gali Francisco
ABSOLUTA Masculina	6º Francisco Vicente Maciá García
	11º Jonathan Rogla Alterman
PROMESA Femenina	1ª Alba Beltrá Escolano
PROMESA Masculina	1º Víctor Serrano Peces



II CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAQUETAS DE NIEVE Cerler (Huesca) 23 de febrero de 2014	
CATEGORÍA	RESULTADO Y DEPORTISTA
ABSOLUTA Femenina	2ª Mayca Sala García
ABSOLUTA Masculina	3º Ignacio Cardona Torres
	10º Pep Signes Forné
	12º Juan Andrés Buigues Buigues





COMPETICIONES DE ESCALADA		
ACTIVIDAD	CLUB ORGANIZADOR	FECHA DE REALIZACIÓN
I Prueba Copa de Escalada en Bloque	CLUB MONTAÑA REDOVAN	07 de Marzo
II Prueba Copa de Escalada en Bloque	CLUB COL·LECTIU D'AMICS MUNTANYENCs D'ALGEMESI	13 de Junio
Campeonato Autonómico de Escalada en Bloque	S.M. CLUB ATLETISMO MARATHON DE CREVILLENTE	12 de Septiembre
Campeonato Autonómico de Escalada de Dificultad	CENTRE EXCURSIONISTA TAVERNES DE LA VALLDIGNA	24 de Octubre
Campeonato Autonómico de Escalada de Velocidad	UNIÓN EXCURSIONISTA DE ELCHE	7 de Noviembre
COMPETICIONES DE CARRERAS POR MONTAÑA		
ACTIVIDAD	CLUB ORGANIZADOR	FECHA DE REALIZACIÓN
1ª Prueba del Campeonato de Liga de Carrera por Montaña	GRUP MUNTANYA MARGALLO de Benissa	25 de Enero
2ª Prueba del Campeonato de Liga de Carrera por Montaña	CENTRE EXCURSIONISTA DE RÒTOVA	15 de Febrero
3ª Prueba del Campeonato de Liga de Carrera por Montaña	CLUB DE MONTAÑA Y ESCALADA LA CREUETA de Onil	01 de Marzo
Campeonato Autonómico de Carrera Vertical	CENTRO EXCURSIONISTA CALLOSA DE SEGURA	14 de Marzo
I Campeonato Provincial de Alicante de Carreras por Montaña de largo recorrido	GRUP MUNTANYA MARGALLO de Benissa	28 de Marzo
Campeonato Autonómico Individual y por Clubes de Carrera por Montaña	CLUB MUNTANYISME PENYA MUR I CASTELL de la Vall d'Uixo	12 de Abril
Campeonato Autonómico de Kilómetro Vertical	CENTRE EXCURSIONISTA DE FINESTRAT "EL PORTELL"	19 de Abril
II Campeonato Provincial de Alicante de Carreras por Montaña de largo recorrido	CLUB MARATÓ I MITJA CASTELLÓ - PENYAGOLOSA	09 de Mayo
III Campeonato Provincial de Alicante de Carreras por Montaña de largo recorrido	S.M. CLUB ATLETISMO MARJANA	06 de Diciembre



MARCHAS Y CAMPAMENTOS		
ACTIVIDAD	CLUB ORGANIZADOR	FECHA DE REALIZACIÓN
Día del Senderista	CENTRE EXCURSIONISTA XÀTIVA	18 de Enero
Marcha de Veteranos de la Comunidad Valenciana	CENTRO EXCURSIONISTA CREVILLENTE	08 de Marzo
Campamento Territorial de Valencia	C.D. MUNTANYA I ESCALADA CASTELL DE SERRA	09 Y 10 de Mayo
Campamento Territorial de Alicante	CENTRO EXCURSIONISTA DE PETRER	06 y 07 de Junio
Travesía y Pernocta	CENTRE CASTELLUT DE MUNTANYISME de Castalla	13 y 14 de Junio
Día de la Montaña Limpia	S.M. GRUP MUNTANYA VALLDIGNA de Tavernes de la Valldigna	27 de Septiembre
Reunión Anual de Escaladores	GRUPO MONTAÑA CALLOSA DE SEGURA	02 y 03 de Octubre
Campeonato de Regularidad de la Comunidad Valenciana	CENTRO EXCURSIONISTA DE VILLENA	22 de Noviembre
REUNIONES		
ACTIVIDAD	CLUB ORGANIZADOR	FECHA DE REALIZACIÓN
Reunión de Presidentes de clubs y S.M. de la FEMECV (Valencia)	S.M. CLUB ATLETISME LA VALLDIGNA de Tavernes de la Valldigna	17 de Octubre





CURSOS DEPORTISTAS

MES	CURSO	FECHAS
ENE/FEBRERO	Técnicas de escalada en hielo (Pirineos)	31 de enero al 1 feb
	Autorrescate barrancos (Alicante)	7 y 8
	Escalada en Roca Iniciación (Sella)	7 y 8
	Curso de Iniciación al montañismo invernal (Cavalambre) Teruel	7 y 8
	Alpinismo Nivel I y II (S. Nevada)	14 y 15
	Escalada en Roca vías largas equipadas (Elda)	14 y 15
	Progresión por vías ferratas (Alicante)	14 y 15
	Descenso de barrancos. Nivel I (Prov. Alicante)	14 y 15
	Esquí de descenso en vías no tratadas (Andorra)	14 y 15
	Esquí de Montaña (Sierra Nevada)	21 y 22
MARZO	Iniciación al Montañismo	6, 7 y 8
	Curso de Orientación por montaña II (Pr. Alicante)	7 y 8
	Esquí de descenso en nieves no tratadas (Andorra)	14 y 15
	Escalada en Roca Iniciación (Prov. Valencia)	14 y 15
	Progresión por vías ferratas (Valencia y Castellón)	14 y 15
	Alpinismo. Nivel II (Benasque-Huesca)	19, 20, 21, 22
	Multiactividades invernales en A.M. (Benasque)	19, 20, 21, 22
	Orientación en montaña. Nivel I (Prov. Alicante)	21 y 22
Autorrescate en vías ferratas (Prov. Valencia)	22	
ABRIL	Escalada en Roca. Nivel I (Prov. Valencia)	11 y 12
	Escalada en Roca. Vías sin equipar (Prov. Alicante)	11 y 12
	Técnica de aseguramiento por crestas	18 y 19
	Técnicas de autorrescate en roca (Alicante)	25 y 26
MAYO	Progresar y rescate en aguas vivas por barrancos	1, 2 y 3
	Descenso de barrancos. Nivel I (Prov. Castellón)	16 y 17
	Descenso de barrancos. Nivel II (Prov. Castellón)	16 y 17
	Manejo Básico de GPS (Prov. de Castellón)	16 y 17
	Escalada en Roca. Nivel I (Prov. Castellón)	23 y 24
JUNIO	Orientación en Montaña. Nivel I (Prov. Castellón)	13 y 14
	Alpinismo en altitud (Macizo del Mont-Blanc)	del 28 junio al 5 julio
JULIO	Alpinismo de altura 4.000 alpinos (Aosta-Italia)	del 5 al 12
	Especial Crestas y Vías Ferratas en Alta Montaña (Dolomitas)	del 12 al 18
	Multiactividad Estival alta montaña (Benasque)	del 20 al 25
	Alpinismo en altitud (Macizo del Mont-Blanc)	del 30 agosto al 6 sept.
SEPTIEMBRE	Orientación en montaña. Nivel II (Prov. Castellón)	12 y 13
	Manejo Básico de GPS (Prov. Alicante)	12 y 13
	Escalada artificial (Prov. Alicante)	26 y 27



CURSOS DEPORTISTAS

OCTUBRE	Autorrescate en vías ferratas (Prov. Alicante)	4
	Descenso de barrancos. Nivel II (Prov. Alicante)	17 y 18
	Escalada en Roca. Vías largas equipadas (Valencia)	17 y 18
	Escalada en Roca. Iniciación (Prov. Castellón)	24 y 25
NOVIEMBRE	Progresión por vías ferratas (Alicante)	24 y 25
	Técnicas de autorrescate en roca (Valencia)	24 y 25
	Escalada en Roca. Iniciación (Prov. Alicante)	7 y 8
	Escalada en Roca. Iniciación (Prov. Valencia)	21 y 22
	Autorrescate barrancos (Castellón)	21 y 22
DICIEMBRE	Esquí de Montaña (Benasque)	5, 6, 7 y 8
	Alpinismo. Nivel I y II (Benasque)	5, 6, 7 y 8

Otros cursos EVAM

1º Curso de iniciación a la escalada deportiva en roca	Marzo	28 y 29
2º Curso de iniciación a las vías de varios largos equipadas	Abril	25 y 26
3º Curso de progresión por vías ferratas	Mayo	30 y 31
4º Curso de iniciación al barranquismo	Junio	27 y 28
5º Iniciación al barranquismo	Julio	25 y 26
6º Iniciación a las vías largas equipadas	Septiembre	26 y 27
7º Iniciación a la escalada deportiva en roca	Octubre	17 y 18
8º Iniciación al auto rescate en roca	Noviembre	14 y 15

CURSOS MONITORES VOLUNTARIOS DE CLUB

MES	CURSO	FECHAS
FEBRERO	BLOQUE COMÚN Prueba de Acceso - Finestrat (Alicante)	7
	BLOQUE COMÚN Clase Lectiva (Valencia)	14 y 15
	BLOQUE ESPECÍFICO MONTAÑISMO (Valencia)	21 y 22
MARZO	ESCALADA - Prueba de Acceso (Provincia de Valencia)	7
	BLOQUE ESPECÍFICO ESCALADA (Provincia de Valencia)	14 y 15
	BLOQUE COMÚN Prueba de Acceso (Provincia de Castellón)	28
ABRIL	BLOQUE COMÚN Clase Lectiva (Castellón)	11 y 12
	BLOQUE COMÚN Prueba de Acceso Finestrat (Alicante)	25
	BLOQUE COMÚN Clase Lectiva (Alicante)	2 y 3
MAYO	BLOQUE ESPECÍFICO MONTAÑISMO (P. de Alicante)	30 y 31 de mayo
	BARRANCOS Prueba de Acceso (Prov. Alicante)	24
OCTUBRE	BLOQUE ESPECÍFICO BARRANCOS (P. de Alicante)	31 oct. y 1 nov.
DICIEMBRE	ALPINISMO Prueba de Acceso - Benasque (Huesca)	5
	BLOQUE ESPECÍFICO ALPINISMO - Benasque (Huesca)	6, 7 y 8

ESCUELA VALENCIANA DE ALTA MONTAÑA

Apartado de Correos, 3 • Telf. 965 43 97 47 - 617 301 556 - 637 859 376 • evam@femecv.com
facebook. com evam www.femecv.com/formación





CIRCUNSCRIPCIÓN DE VALENCIA

Estamento de Técnicos

1.-	PEDRO JORGE NOTARIO PEREA
2.-	JOSÉ DAVID BLÁZQUEZ GONZALVO
3.-	CARLOS GABRIEL FERRIS GIL
4.-	MIGUEL CEBRIÁN MONTEAGUDO

Estamento de Deportistas

1.-	PALMIRA CALVO SANCHIS
2.-	RAFAEL CEBRIÁN GIMENO
3.-	LUIS JULIÁN MANZANARES RUBIO
4.-	MIGUEL GASCÓN GÓMEZ
5.-	MIGUEL ORTÍZ FERRER
6.-	ÁNGEL MONTERO SÁNCHEZ
7.-	FRANCISCO JAVIER GARCÍA VERCHER
8.-	RAÚL OLTRA BENAVENT
9.-	JOSE LUIS IBAÑEZ LEIVA
10.-	JOSE FCO. MONTOSA GANDIA
11.-	JUAN SOLER TORMO
12.-	XAVIER CATALÁ VERDÚ
13.-	FRANCISCO SALES CLIMENT

Estamento de Árbitros (*)

1.-	MIGUEL GIMÉNEZ MARTÍNEZ
-----	-------------------------

Estamento de Entidades Deportivas

1.-	CLUB ALPÍ GANDIA – Borja Martí Cabrera
2.-	CENTRE EXC. ROTOVA – Jesús Moreno Rubio
3.-	GRUP MUNTANA VALLDIGNA – Juan Vte. Vercher Gadea
4.-	CENTRE EXCURSIONISTA D'ONTINYENT – Joan Belda Sanchis
5.-	CLUB D'ATLETISME FUIG QUE ET XAFE – Salvador Pons Oltra
6.-	ARDILLAS CLUB DE SENDERISMO – Juan Gabriel Escrivá Lapuerta
7.-	CLUB DEP. UNIVERSITARIO POLIDEPORTIVO VALENCIA – Mónica Sanz Navarro
8.-	CENTRE EXCURSIONISTA CASTELL DE REBOLLET – F. Xavier Ribes i Sampayo
9.-	CENTRO EXCURSIONISTA DE VALENCIA – Juan Manuel Ferris Gil
10.-	CLUB EXCURSIONISTA D'ATZENETA – Joaquín Tormo Bataller
11.-	CLUB DE MUNTANYA CXM VALENCIA – Fco. Javier Cisneros Regalón



CIRCUNSCRIPCIÓN DE ALICANTE

Estamento de Técnicos

1.-	JOSE IGNACIO AMAT SEGURA
2.-	LEANDRO FCO. IRLES RAMÓN
3.-	MANUEL AMAT CASTILLO
4.-	DAVID MORA GARCÍA
5.-	ISABEL BERNAL MONTESINOS

Estamento de Árbitros

1.-	FRANCISCO DURÁ SEMPERE
2.-	NOEL BLASCO RUÍZ
3.-	FRANCISCO DURÀ BERNABÉ
4.-	ANTONIO GONZÁLEZ DAVÓ
5.-	HEIKE KILLISCH

Estamento de Deportistas

1.-	ALBA SÁNCHEZ ESTEBAN
2.-	ALICIA AVENDAÑO MARÍN
3.-	ANTONIO MANRESA BERNABEU
4.-	JOSE ANTONIO GUERRERO MARTINEZ
5.-	PASCUA MOLINA ROCAMORA
6.-	ALBA BELTRÁ ESCOLANO
7.-	ROGELIO GARCÍA GARCÍA
8.-	FRANCISCO ANTONIO LOZANO MACIÁ
9.-	JOSÉ VEGARA POZUELO
10.-	SONIA GONZÁLEZ MOLINA
11.-	ALBERTO CANDELA GARCÍA
12.-	RAFAEL ARENAS CARTAGENA
13.-	FRANCISCO RUBIO GARCÍA
14.-	VICTOR M. CANDELA SANTIAGO
15.-	FCO. VICENTE MACIÁ GARCÍA
16.-	FRANCISCO PARDO MUÑOZ
17.-	JOSE RAMÓN GOMIS MARTÍNEZ
18.-	SANDRA SANCHIS LÓPEZ
19.-	J. ALBERT ALBORS PLAZA
20.-	JOSE RAMÓN GOMIS GARCÍA
21.-	LUIS FERMÍN SÁNCHEZ GARCÍA



Estamento de Entidades Deportivas (Alicante)

1.-	CLUB AMIGOS DE LA SIERRA – Andrés Martínez Noguera
2.-	GRUPO MONTAÑA CALLOSA DE SEGURA – Fco. Javier Clemente García
3.-	S.M. CLUB ATL. MARATÓN DE CREVILLEN – Antonio Más Más
4.-	CENTRO EXCURSIONISTA PETRER – Pedro Brotons Payá
5.-	GRUP MUNTANYA PENYA EL FRARE – Juan Antonio Seguí Pérez
6.-	CLUB DE MONT. Y ESC. NATIVOS – Jaime Fco. Escolano Salvador
7.-	CLUB DEP. MONT. Y ESC. KORDINO – Luis Alfonso García Aragonés
8.-	CENTRE EXCURSIONISTA CONTESTÀ – Alfons Ripoll Senabre
9.-	CENTRO EXC. CALLOSA DE SEGURA – José Miguel Martínez Maciá
10.-	CLUB D'ESP. DE MUNT. I ESC. 15 CUMBRES ALACANT – Fco. Hernández Pardo
11.-	CENTRE EXCURSIONISTA D'ALCOI – Jordi Borrell Gosálbez
12.-	CENTRO EXCURSIONISTA VILLENA – Pedro Torres Catalán
13.-	CLUB NOVELDER DE MUNTANYISME - Jaime Antón Castelló
14.-	CENTRO EXCURSIONISTA ELDENSE – Julián López Busquiel
15.-	UNIÓN EXCURSIONISTA DE ELCHE – Antonio Cayuelas Marcos

CIRCUNSCRIPCIÓN DE CASTELLÓN
Estamento de Deportistas

1.-	RAMÓN NAVARRÉ SANZ
2.-	MOISES GOMAR CARRERAS
3.-	ANDREA MARTINEZ FONT
4.-	JOAQUIN FONT BELTRAN

Estamento de Técnicos

1.-	JOAN ANDREU I BELLÉS
-----	----------------------

Estamento de Árbitros

1.-	MANUEL SEGARRA BERENGUER
2.-	ÁNGEL FONT PIQUER

Estamento de Entidades Deportivas

1.-	C.E. AMICS VOLTA AL TERME DE FONDEGUILLA – Ximo Marin Herrero
2.-	CLUB DE MUNTANYA DESNIVELL – Mª Amparo Adell Albalat
3.-	CLUB DEP. MARATÓ I MITJA CASTELLÓ-PENYAGOLOSA – Vte. Cervera Mateu
4.-	CLUB DE MUNTANYA VISTABELLA – Rubén Porcar Safont
5.-	S.M. CENTRE EXCURSIONISTA CASTELLÓ – Guillem Palomo Tejada
6.-	CLUB MUNTANYISME PENYA MUR I CASTELL – Ezequiel Cuesta Mangriñan
7.-	SOCIETAT ESPORTIVA ESPEMO – Jorge Membrado Ferreres
8.-	CENTRE EXCURSIONISTA DE VILA-REAL – Mª Carmen Broch Duque

OBJETO DEL SEGURO

Prestación de asistencia sanitaria en caso de lesión corporal que derive de una causa violenta, súbita y ajena a la intencionalidad del asegurado, sobrevenida por el hecho u ocasión del ejercicio de la actividad deportiva por la que el asegurado se encuentre afiliado y que le produzca invalidez temporal, permanente o muerte.

COMUNICACIÓN

El Federado accidentado deberá comunicar en un **máximo de 7 días** su situación en caso de accidente deportivo a **Howden Iberia** (Correduría que presta sus servicios a la Federación), para tramitar la apertura del expediente correspondiente con **GENERALI**. Para que la apertura del expediente sea correcta se deben dar los siguientes pasos:

Procedimiento NORMAL:

1. El Federado llamará a **Howden Iberia (902 551 587)**, horario de **9.00 a 14.00 / de 16.00 a 19.00 horas de L a J y de 9.00 a 15.00 horas V**, para informar de su situación y deberá aportar los siguientes datos en la misma llamada o vía mail tras su llamada:

- | | |
|--|---------------------------------|
| 1. Nombre y apellidos | 2. DNI |
| 3. Nº de licencia | 4. Teléfono y email de contacto |
| 5. Dirección personal | |
| 6. Explicación del siniestro y/o informe Médico-Hospitalario de la primera asistencia recibida en centro médico concertado por GENERALI , en caso de no saber donde acudir puede llamar al 902 053 902 . | |
| g. O pueden también llamar a la Federación (965 439 747 o 669 778 372) | |

2. Se proporcionará al federado vía mail desde **Howden** un **parte de accidentes** para acudir al médico con el mismo, y posteriormente deberá ser remitido por el federado a **Howden Iberia**.

3. A continuación **Howden Iberia** enviará la documentación aportada por el federado a **GENERALI** para la posterior autorización de siguientes prestaciones necesarias.

Procedimiento en caso de URGENCIA médica:

Se entiende como tal la atención sanitaria cuya demora de atención pueda significar un peligro grave para la vida de la persona.

Si el Federado tuviese que acudir inmediatamente en el momento posterior al accidente a un centro médico de urgencias:

1. Podrá llamar al teléfono de **Howden Iberia (902 551 587)** en horario laboral (L a J de 9 a 14 / 16 a 19 y V de 9 a 15) o en el **902 053 902** para informarse de los pasos a realizar en cualquier momento (teléfono de asistencia 24 horas 365 días de **GENERALI**).

2. Se recomienda acudir a **URGENCIAS** de centros concertados por **GENERALI**. Tras la asistencia médica deberán proporcionar un parte de urgencias que el federado enviará a la mayor brevedad posible a **Howden Iberia** junto con informe medico si lo hubiese. Si por alguna circunstancia acude a un centro NO concertado deberá aportar las facturas para su posterior reembolso.

3. Tras la asistencia médica de Urgencias se iniciarán los mismos pasos que en un procedimiento **NORMAL**.

SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL PARA CLUBES

Desde la FEMECV ofrecemos a los clubes adheridos a la Federación un seguro de Responsabilidad Civil para Clubes.

Este seguro es conveniente para los clubes que organicen actividades de montaña, ya que en la póliza **PIM130CKA678** que tenemos contratada con la **W.R Bercley**, estarían cubiertos tres puntos muy esenciales para el club, como los que se detallan a continuación:

- **Responsabilidad Civil de los miembros del club**
- **Responsabilidad Civil derivada de la Práctica Deportiva**
- **Responsabilidad Civil por la organización de Eventos**

¡ATENCIÓN!

Este seguro se contrata para un año de Marzo a Marzo, por lo que los clubes interesados que quieran subscribirse deben ponerse en contacto con la Srta. Nuria Gómez en el email contabilidad@femecv.com o al teléfono 965439747. El importe de dicho seguro oscila entre los 400 € anuales.

POLIZA N° G-L6-427.000.426

ASEGURADOR: Generali España, S.A. de Seguros y Reaseguros – Domicilio Social: C/ Orse, 2 – 28020 Madrid .

TOMADOR Y ASEGURADOS: Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana C/ Mariano Luña nº 9, 03201 Elche (Alicante)

Responsabilidad Civil Suscrita a través del Grupo Asegurador ARCH INSURANCE EUROPE por una suma total anual de 1.202.024,21 €; sublimitada a 150.253,03 € por siniestro respecto a Daños Materiales, 150.253,03 € por víctima respecto a Daños Personales y 150.253,03 € por siniestro respecto a Fianzas y Defensa; con ámbito de cobertura Mundial excepto Estados Unidos de América y Canadá.

El seguro actualmente **contratado** tiene por objeto la cobertura del deportista contra los riesgos derivados del **accidente deportivo**. Esto quiere decir que la MGD debe hacerse cargo de los gastos derivados de la atención sanitaria de una **lesión corporal derivada de un accidente**; con lo cual quedan fuera de la cobertura todas aquellas **patologías** que tienen su origen en un proceso **degenerativo**.

RESUMEN DE PRESTACIONES Y SUMAS ASEGURADAS, SEGÚN CONDICIONADO GENERAL

Temporada 2015	A Básica España	B-1 España, Pirineo Francés y Andorra	B-2 España, Europa y Marruecos	B-3 Resto del Mundo
Asistencia Médico-Quirúrgica-Sanitorial	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Asistencia farmacéutica en régimen hospitalario	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Asistencia en régimen hospitalario concertado, de los gastos de prótesis y material de osteosíntesis	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Rehabilitación. Previo Control por los Servicios Médicos GENERALI	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Resonancia Magnética Nuclear. Prevía autorización por los Servicios Médicos GENERALI	INCLUIDA	INCLUIDA	INCLUIDA	INCLUIDA
Asistencia Médico-Quirúrgica-Farmacéutica y Sanatorial en accidentes ocurridos en el extranjero	EXCLUIDO	9.000 €	9.000 €	9.000 €
Indemnizaciones por pérdidas anatómicas y/o funcionales, según baremo	20.000 €	20.000 €	20.000 €	20.000 €
Auxilio al fallecimiento como consecuencia directa del accidente deportivo En el caso de los menores de 14 años la indemnización será en concepto de gastos de sepelio y ascenderá a ...	12.000 € 6.000 €	15.000 € 6.000 €	15.000 € 6.000 €	15.000 € 6.000 €
Auxilio al fallecimiento en la práctica deportiva sin causa directa del accidente deportivo	1.875 €	1.875 €	1.875 €	1.875 €
Gastos originados por tratamientos ortésicos	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Gastos originados odontología Hasta...	600 €	600 €	600 €	600 €
Gastos de traslado o evacuación desde el lugar del accidente hasta su hospitalización en el Centro Concertado más próximo	ILIMITADO	ILIMITADO	ILIMITADO	ILIMITADO
Gastos de rescate en España, búsqueda, traslado y/o repatriación de deportistas, en caso de accidente deportivo hasta 12.000 € por el conjunto total de los tres apartados y de todos los deportistas implicados en el mismo accidente, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes.	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Gastos de rescate en el extranjero, búsqueda, traslado y/o repatriación de deportistas, en caso de accidente deportivo hasta 12.000 €/federado hasta un límite de 30.000 € por el conjunto total de los tres apartados y de todos los deportistas implicados en el mismo accidente, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes.	EXCLUIDO	INCLUIDO (Excepto en territorio Español)	INCLUIDO (Excepto en territorio Español)	INCLUIDO (Excepto en territorio Español)
Gastos de alojamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo, en territorio del estado Español, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes Hasta 30,05 €/día, máximo 5 días	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO

Gastos de desplazamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo en el territorio del Estado Español, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes. Hasta un máximo de 300,51 €	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Gastos de alojamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo en el extranjero, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes. Hasta 30,05 €/día, máximo 5 días	EXCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Gastos de desplazamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo en el extranjero, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes. Hasta un máximo de 601,01 €	EXCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Mordeduras de animales y picaduras de insectos. Incluido el fallecimiento	3.005,06 €	3.005,06 €	3.005,06 €	3.005,06 €

Además, de las nuevas tarifas para el 2015 aquí recogidas se hace constar que de acuerdo con lo negociado con la compañía **GENERALI**, se adecuará el texto de los artículos recogidos en las condiciones especiales que regulan los accidentes ocurridos en el extranjero, **eliminando** el requerimiento de comunicación previa a la Federación de las salidas al extranjero.

Madrid a 16 de octubre de 2014.

CUADRO MÉDICO COMUNIDAD VALENCIANA

-ALICANTE-

• INGRESOS HOSPITALARIOS

ALICANTE

CLINICA VISTAHERMOSA

AV. DE DENIA, 103
Tel. 965264200

HOSPITAL INTERNACIONAL MEDIMAR

AVDA. DE DENIA 78
Tel. 965162200

ALICANTE

SANATORIO PERPETUO

SOCORRO
PZA DOCTOR GOMEZ ULLA 15
Tel. 965201100

ALCOY

CLÍNICA SAN JORGE

C/OLIVER, 55.
Tel. 965330400

BENIDORM

CLINICA BENIDORM

AVDA ALFONSO PUCHADES 8
Tel. 965853850

HOSPITAL DE LEVANTE

C/ RAMON Y CAJAL 7
Tel. 966878787

DENIA

CENTRO CLINICO DENIA

BENIARMUT, 1
Tel. 965787991

POLICLINICO SAN CARLOS

PTDA MADRIGUERES SUD A-14
902300124

ELCHE

HOSPITAL IMED ELCHE

C/ MAX PLANCK, S/N
Tel. 966915151

• PRUEBAS DIAGNÓSTICAS

RADIODIAGNÓSTICO

ALICANTE

CENTRO MEDICO ESTACION

AVDA. ESTACION, 8-1°
Tel. 965125501

HOSPITAL INTERNACIONAL

MEDIMAR

AVDA. DE DENIA 78
Tel. 965162200

SANATORIO PERPETUO

SOCORRO

PZA. DOCTOR GOMEZ ULLA 15
Tel. 965201100

ALCOY

CLÍNICA SAN JORGE

C/OLIVER, 55
Tel. 965330400

BENIDORM

CLINICA BENIDORM

AVDA ALFONSO PUCHADES 8
Tel. 965853850

HOSPITAL DE LEVANTE

C/ RAMON Y CAJAL 7
Tel. 966878787

CALLOSA DEL SEGURA

CLINICA SAN ROQUE

C/ VIRGEN DE LA PORTERIA, 1 bajo
Tel. 965310991

DENIA

CENTRO CLINICO DENIA

C/ BENIARMUT No 1 BAJO
Tel. 965787991

POLICLINICO SAN CARLOS

PTDA MADRIGUERES SUD A-14
902300124

ELCHE

HOSPITAL IMED ELCHE

C/ MAX PLANCK, S/N
Tel. 966915151

RESONANCIA MAGNÉTICA/TAG

ALICANTE

HOSPITAL INTERNACIONAL

MEDIMAR

AVDA DE DENIA 78
Tel. 965162200.

BENIDORM

CLINICA BENIDORM

AVDA ALFONSO PUCHADES 8
Tel. 965853850

HOSPITAL DE LEVANTE

C/ RAMON Y CAJAL 7
Tel. 966878787

ELCHE

HOSPITAL IMED ELCHE

C/ MAX PLANCK, S/N
Tel. 966915151

• ESPECIALIDADES MÉDICAS

CENTRO MÉDICO-VARIAS ESPECIALIDADES

ALICANTE

CENTRO MEDICO ESTACION

AVDA ESTACION, 8-1°
Tel. 965125501

HOSPITAL INTERNACIONAL MEDIMAR

AVDA DE DENIA 78
Tel. 965162200

BENIDORM

CLINICA BENIDORM

AVDA ALFONSO PUCHADES 8
Tel. 965853850

HOSPITAL DE LEVANTE

C/ RAMON Y CAJAL 7
Tel. 966878787

DENIA

CENTRO CLINICO DENIA

C/ BENIARMUT No 1 BAJO
Tel. 965787991

ELCHE

CENTRO CLINICO EL PLA

C/ GABRIEL MIRO 25
Tel. 965443133

HOSPITAL IMED ELCHE

C/ MAX PLANCK, S/N
Tel. 966915151

PEGO

CENTRE MEDIC LA PAU

C/SAN RAFAEL 67
Tel. 966402132

VILLENA

CENTRO MEDICO DELFOS

PZA. ROLLO, 5 B
Tel. 965807345

CIRUGIA GENERAL

CALLOSA DEL SEGURA

CLINICA SAN ROQUE

C/ VIRGEN DE LA PORTERIA, 1bj
Tel. 965310991

OFTALMOLOGIA

CALLOSA DEL SEGURA

CLINICA SAN ROQUE

C/ VIRGEN DE LA PORTERIA, 1bj
Tel. 965310991

ORIHUELA

POLICLINICA LA VEGA
C/OBISPO ROCAMORA 1, bj
Tel. 966342646

TRAUMATOLOGIA

ALICANTE

GIMENO ABAD
AVDA ESTACION, 8-1°
Tel. 965125501

MORALES SANTIA, MANUEL
AVDA DE DENIA 78
Tel. 965162200

**VILLEGA CASESNOVES,
MAXIMO**

AVDA DE DENIA 78
Tel. 965162200

DENIA

DIAZ BOUZA, FELIX
C/ BENIARMUT No 1 BAJO
Tel. 965787991

POLICLINICO SAN CARLOS
PTDA MADRIGUERES SUD A-14
902300124

ORIHUELA

POLICLINICA LA VEGA
C/OBISPO ROCAMORA 12,bj
Tel. 966342646

PETREL

OSTEOMEDIC
C/ COMPARSA MOROS
NUEVOS 4, BAJO
Tel. 966311697

- CASTELLÓN -

• INGRESOS HOSPITALARIOS

CASTELLÓN

**CLINICA NTRA. SRA. DE LA
MISERICORDIA**
AVDA. VIRGEN DEL LIDON, S/N
Tel. 964226200

HOSPITAL REY DON JAIME
SANTA MARIA ROSA MOLAS, 25
Tel. 964726000

• PRUEBAS DIAGNÓSTICAS

RADIODIAGNOSTICO

CASTELLÓN

CENTRO MEDICO MEDICAS
MUSEROS 12
Tel. 964225258

**MARTINEZ URREA, JOSE
VICENTE**
CI MAYOR No 73 1°
Tel. 964232757

• ESPECIALIDADES MÉDICAS

TRAUMATOLOGÍA

CASTELLÓN

CENTRO MEDICO MEDICAS
MUSEROS 12
Tel. 964225258

HOSPITAL REY DON JAIME
SANTA MARIA ROSA MOLAS, 25
Tel. 964726000

MANUEL SALVADOR MARIN
SANTA ROSA M MOLAS 25
659050677

VIEZMA NAVARRO, ANTONIO
CI MUSEROS No 12
Tel. 964225258

-VALENCIA-

• INGRESOS HOSPITALARIOS

VALENCIA

CLINICA QUIRON
AVDA BLASCO IBAÑEZ No 14
Tel. 963690600

CLINICA VIRGEN DEL CONSUELO
C/ CALLOSA DE ENSARRIA 12
Tel. 963807000

HOSPITAL 9 DE OCTUBRE
AVDA VALLE DE LA BALLESTERA N° 59
Tel. 963460000

HOSPITAL CASA DE SALUD
DOCTOR MANUEL CANDELA, 14
Tel. 963897700

• PRUEBAS DIAGNÓSTICAS

VALENCIA

HOSPITAL 9 DE OCTUBRE
AVDA VALLE DE LA BALLESTERA, 59
Tel. 963460000

HOSPITAL CASA DE SALUD
DOCTOR MANUEL CANDELA, 14
Tel. 963897700

GANDÍA

CENTRO MEDICO GANDIA
DAIMUZ 26
Tel. 962874740

ERESA IMAGEN DIAGNOSTICA
PASEO GERMANIAS No 71 2°
SOTANO (HOSPITAL SAN FRAN)
Tel. 962959209

POLICLINICA FERSALUD
C/ CIUDAD DE BARCELONA, 29 bj
Tel. 962872649

L'ELIANA

CENTRO MEDICO ALBORAYA
OLOCAU 6 BAJO DCHA
Tel. 962029722

MASSAMAGRELL

CENTRO MEDICO SAEDRA
C/ MAYOR 130
Tel. 961445555

TABERNES DE VALLDIGNA
CENTRE MEDIC I DE FISIOTERAPIA
GRAN VIA GERMANIES 29
Tel. 962823158

RESONANCIA MAGNÉTICA/TAG

VALENCIA

HOSPITAL 9 DE OCTUBRE
AVDA VALLE DE LA
BALLESTERA N° 59
Tel. 963460000

HOSPITAL CASA DE SALUD
DOCTOR MANUEL CANDELA, 14
Tel. 963897700

ESPECIALIDADES MÉDICAS

CENTRO MÉDICO VARIAS ESPECIALIDADES

L'ELIANA

CENTRO MEDICO ALBORAYA
OLOCAU 6 BAJO DCHA
Tel. 962029722

MANISES

CENTRO MEDICO RAMON Y CAJAL
RAMON Y CAJAL 16 BAJO
Tel. 961545696

MISLATA

CLINICA SERMESA
MAYOR 10
Tel. 963134110

ONTENIENTE

**FISIOMED, CENTRE MEDIC
ASSISTENCIAL**
PZA MUSICO VICENTE
RODRIGUEZ
Tel. 962910551

RIBARROIA DEL TURIA

CENTRE MEDIC ARTEMISA
PIZARRO, 50- BAJO
Tel. 962772855

TURIS

CLINICA TURIS
C/RAMON Y CAJAL, 6-B
Tel. 962526256

CIRUGÍA MAXILOFACIAL

VALENCIA

VICENTE MONLEON ALEGRE
GRAN VIA RAMON Y CAJAL
63,7,25
Tel. 963846212

NEUROCIROGÍA

VALENCIA

ESQUEMBRE SUAY, VICENTE
CALLOSA DE ENSARRIA, 12
Tel. 963177800

OFTALMOLOGÍA

VALENCIA

**CLINICA OFTALMOLOGICA
BAVIERA**
GRAN VIA MARQUES DEL
TURIA, 9
Tel. 963520717

OTORRINOLARINGOLOGÍA

VALENCIA

BARONA DE GUZMAN, RAFAEL
C/ MANUEL CANDELA No 41
Tel. 963601579

TRAUMATOLOGÍA

VALENCIA

CENTRO MEDICO ALBORAYA
ARCHIDUQUE CARLOS 23
Tel. 963825555

CLÍNICA GASTALDI
AVDA. VALLE DE LA BALLESTERA, 59
CONSULTA1
Tel. 963462486

GANDÍA

CENTRO MEDICO GANDIA
DAIMUZ 26
Tel. 962874740

JÁTIVA

CASTAÑEDA
C/ XIMEN DE TOVIA Nº 2
Tel. 962287060

PICASSENT

FISIOCLINIC
AVDA. AURELIO GUAITA
MARTORELL 6
Tel. 961241616

TABERNES DE VALLDIGNA

CENTRE MEDIC I DE FISIOTERAPIA
GRAN VIA GERMANIES 29
Tel. 962823158

• AMBULANCIAS

VEM EMERGENCIAS MEDICAS
Tel. 963570304

LISTADO DE LIBROS Y TRÍPTICOS DE SENDEROS DE LA C.V.

COMO ADQUIRIR UN LIBRO: Haciendo el ingreso del libro que desee en nuestra cuenta:
BBVA C/C (IBAN ES54) 0182 6874 8902 0162 1252 junto con el recibo del banco y sus datos personales, lo remite por e-mail a femecv@femecv.com o fax 96 543 65 70 y el libro se le enviará a su domicilio.

PUBLICACIONES	Federados	No federados
Centro Exc. de Crevillente 50 Aniversario	12.00	14.00
Manual de Progresión y conducción en Vías Ferratas	14.50	16.50
La despedida de Juan Carlos P. y otros cuentos y relatos montañosos	10.00	10.00
Guía Senda Verde Valencia	10.00	12.00
El libro de lo hielos	30.00	36.00
Andanzas	10.00	12.00
Senderos pequeños recorridos	3.00	4.00
Trípticos senderos Valencianos C. valenciana (unidad)	1.00	2.00
Ruta dels Monastirs	23.00	23.00
Guías de escalada en Alicante	23.00	23.00
CuentaMontes 2009	10.00	10.00
Cabeço d'Or Guía de Escalada	15.50	16.50
Guía de Escalada Ponotx	16.00	18.00
CHOOYU película Reto Everest	7.00	7.00
Puff Federación	5.00	5.00
Camisetas FEMECV	5.00	5.00
Tríptico GR 92 Castellón-Valencia-Alicante	2.00	3.00
Escalada Deportiva Próxima a Valencia	12.00	14.00
Guía de Senderismo por la Sierra de Mariola	20.00	23.00
Pequeño Diccionario de montaña de la Comunidad Valenciana	10.00	15.00
Primer Diccionari Valencià de Muntanya	10.00	15.00
Escalada en Castellón	23.00	25.00
La fuerza de la cordada	10.00	10.00
La Montaña Negra y otros cuentos y relatos montañosos	10.00	10.00
Gorro FEMECV	4.00	4.00

LA FEDERACIÓN CONTESTA

¿Preguntas y respuestas más frecuentes sobre la Licencia Federativa?

El equipo administrativo de la Federación encargado de las licencias federativas y asuntos burocráticos nos contesta las preguntas más frecuentes que tanto el deportista que se acerca a nuestra federación se plantea, también de forma breve nos aclara de forma escueta sobre los pasos a seguir ante un accidente de montaña desde el punto de vista de atención clínica.



Alicia - Secretaría

¿Es obligatorio pertenecer a algún club o asociación de montañismo para conseguir la Licencia?

No es necesario, la **Ley** establece la obligación de cualquier federación deportiva para acreditar mediante la licencia federativa su pertenencia a ella como deportista individual, sin tener que demostrar su pertenencia a ningún club o asociación deportiva de menor rango. En este caso la licencia se tramita directamente por la Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana. **Aún así, nosotros recomendamos pertenecer a un club o asociación deportiva de montaña**, sobre todo si te estas iniciando en estas actividades, para poder practicar de forma progresiva y segura las actividades de montaña junto a deportistas con experiencia y veteranía.

Además debes tener en cuenta que los colectivos de montaña, como clubes

¿Para qué sirve la Licencia Federativa?

La licencia te incluye dentro de un grupo de personas con las mismas inquietudes hacia la práctica de actividades deportivas de montaña, de esta forma la federación podrá defendernos y conseguir mejores beneficios para todos desde una línea común como colectivo.

Además te posibilita el acceso a unos servicios y te ofrece una cobertura de accidentes deportivos, ya sea durante los entrenamientos, competiciones de nuestras modalidades y la práctica general.



Mary - Cursos EVAM



Lorena - Licencias

mite su licencia sin pertenecer a ningún club de montaña inscrito dentro de la Federación, deberá abonar el importe de la licencia que desee tramitar más 11,00 €. A las personas que acudan a tramitar su licencia a la oficina de la FEMECV, no se les cobrará este importe adicional.

¿Existen diversas Modalidades de la Licencia federativa?

Si, se diferencian en cuanto a coberturas territoriales y edad, dando los mismos servicios según territorio donde se haya realizado la actividad montañera. Estas son:

Modalidad A: Cobertura en territorio nacional.

Modalidad B1: Cobertura en España, Pirineo Francés y Andorra.

Modalidad B2: Cobertura en España, Europa y Marruecos.

Modalidad B3: Cobertura en Todo el mundo.

Además existen unas categorías de la Licencia según edades:



Nuria - Contabilidad

y asociaciones deportivas, pueden hacer llegar con más fuerza tus inquietudes y proyectos a las Administraciones Locales (Ayuntamientos,...) y como no, a la misma Federación.

¿Cómo me puedo federar?

Formas de tramitar la Tarjeta Federativa

- Directamente en la FEMECV, sita en la calle Mariano Luña nº 9 bajo, en la ciudad de Elche (Alicante).

- Pago Online a través de nuestra página WEB www.femecv.com, o e-mail (licencias@femecv.com) con los datos personales: nombre y apellidos, nº D.N.I., letra N.I.F, fecha de nacimiento completa, teléfono, email y dirección completa junto con el justificante de ingreso por la licencia federativa solicitada, que debe realizarse en:

BBVA:

Entidad 0182 Ofic. 6874 D.C. 89
Nº Cta. 0201621252

CÓDIGO IBAN ES54 0182 6874 8902 0162 1252

Según acuerdo de la Asamblea de la FEMECV, toda aquella persona que tra-



Fran

MAYOR: Desde el 01 de enero de 1997 en adelante (de 18 en adelante).

JUVENIL: Desde el 01 de enero de 2001 al 31 de diciembre de 1998 (de 14 a 17 años).

INFANTIL: Desde el 01 de enero de 2015 al 31 de diciembre de 2002 (de 0 a 13 años).

Según modalidad y categoría los precios varían, consultadnos si no tienes claro cual es la modalidad que os interesa.

¿Qué actividades deportivas están cubiertas?

Senderismo, escalada en todas sus vertientes y modalidades, barranquismo, alpinismo, vías ferratas, carreras por montaña, esquí de travesía (fuera de estaciones de esquí), bicicleta por montaña sólo entrenamientos, excursionismo,... en principio toda actividad que se realice, o se esté realizando, con el fin de mejorar el rendimiento de vuestra faceta montañera. Quedan excluidos los accidentes en actividades de competición fuera de nuestro ámbito federativo.

¿Qué duración tiene la licencia?

La licencia es de año natural, del 1 de enero al 31 de diciembre del año que se contrate.

VENTAJAS Y SERVICIOS QUE TE POSIBILITA EL TENER LA TARJETA FEDERATIVA

- Acceso a numerosos cursos de formación de deportistas en diferentes niveles y modalidades.
- Posibilidad de acceder a libros de temas relacionados con la montaña y guías de senderismo.
- Descuentos especiales en los refugios de montaña a nivel nacional o internacional cuyos propietarios estén adheridos al convenio de reciprocidad de la UIAA.
- Participación en todas las actividades federativas.
- Precios especiales en Camping de la Federación Portuguesa de Campismo.
- Posibilidad de acceder a premios y subvenciones en la participación de las diferentes competiciones de nuestra Federación, escalada y carreras de montaña.
- Descuentos especiales en tiendas especializadas, albergues y estaciones de esquí concertadas.
- Posibilidad de incorporación al centro de Tecnificación de Escalada y al Plan de Tecnificación de Jóvenes Alpinistas que existen en nuestra Comunidad o a nivel estatal.
- Posibilidad de acceso a subvenciones y premios por actividades de tecnificación y alto rendimiento deportivo.
- Derecho a descuento en la utilización de los servicios del Servei General d'Informació de Muntanya.
- Posibilidades de participar en las Actividades de Juventud (encuentros de escalada, alpinismo, etc.)
- Posibilidad de participar en las actividades de alpinismo organizadas por el GAME.
- Posibilidad de participar en todas las actividades interterritoriales organizadas por la FEDME en colaboración con las federaciones autonómicas.
- Seguro de accidentes, y rescate indispensable según zonas geográficas, en cualquiera de sus modalidades, ya sea durante su práctica en la montaña o durante el entrenamiento para éstas.



**Consulta ventajas FEMECV
en la web: www.femecv.com**

**Consulta ventajas FEDME
en la web: www.ventajasfedme.es**



¿QUÉ OTRA INFORMACIÓN PUEDES ENCONTRAR EN NUESTRO TELÉFONO DE CONSULTAS?

Sobre actividades federativas

Podrás preguntar qué tipo de actividades de montañas y escalada tanto de competición como no competitivas se han realizado, así como las que están por celebrarse. Como inscribirse o las normas que rigen estas. Si estas capacitado para hacerla según tu nivel.

Cursos de formación EVAM

Podrás informarte de los cursos que la Escuela Valenciana de Alta Montaña que es el departamento oficial de esta federación para la certificación de cursos de montaña y escalada. Niveles, fechas, formas de acceso, inscripciones directas u online, ... así como asesoría sobre el curso que te puede interesar según tu nivel y motivación.

Cursos para mejorar tus destrezas desde experiencia cero a cualquiera que sea tu nivel deportivo, monitores de club para aprender a organizar tus propias actividades, formación de árbitros de escalada y carreras por montaña, técnico de senderos y técnicos deportivos para aprender a enseñar y trabajar de guía en el futuro son algunas de las formaciones y titulaciones que podrás encontrar aquí.



Escuela Valenciana de Alta Montaña



Sobre los centros de tecnificación de escalada, alpinismo y carreras por montaña

Si tus inquietudes son mejorar en el ámbito de las actividades competitivas como la escalada y las carreras por montaña cuentas en la federación con grupos de tecnificados, es decir, deportistas que por su nivel deportivo o su rendimiento en competiciones son agrupados con un fin común, conseguir llegar a lo más alto del podium. La federación pone para dirigirlos profesionales del entrenamiento, la medicina y la educación física en general.

Pero los deportes de montaña no siempre es competición, el logro de retos es intrínseco a nuestro deporte alcanzar cimas más altas o por rutas cada vez más difíciles también son logros que no cuadran con la competición deportiva tradicional pero la federación premia por esto a los alpinistas, tienen también su grupo de tecnificados o de alto rendimiento donde sus componentes aprenden a desarrollar sus habilidades al máximo de forma global. La seguridad es nuestra insignia.

Llámanos para informarte lo que tienes que hacer para formar parte de estos grupos de alto rendimiento.



Como crear tu propio club deportivo

No olvidamos que la federación es un club de clubes, son nuestra idiosincrasia y estimulamos su creación ya que nuestro repertorio de actividades es tan grande que la filosofía de los clubes de montaña en cuanto a su relación deportiva con la montaña es muy dispar. Asociarse es ganar y crecer en busca de un mismo objetivo, ese es nuestro lema. Aquí podrás encontrar los pasos a seguir para crear tu propio club, el organigrama orgánico necesario, las bases de sus estatutos, como formar parte de nuestra comunidad federativa,... todo para que te sea más fácil para darle oficialidad a tu propio grupo.

Como organizar actividades federativas

Te informaremos de cómo organizar las competiciones, como conseguir subvenciones si existen para el tipo de actividad que quieres organizar sea cual sea su carácter. Como homologar circuitos para carreras por montaña, que instalaciones necesitas para organizar competiciones de escalada, cantidad

de jueces o árbitros para darle oficialidad,...

Lo mismo si lo que quieres organizar son actividades montaÑeras de tipo no competitivas.

Infórmate sobre senderos homologados, zonas de escalada o circuitos de carreras por montaña

Todo en la web y también en directo a través de nuestro teléfono de información. Descubre todos los senderos homologados o que debes hacer para homologarlos y entrar en el "inventario de senderos homologados" de la Comunidad Valenciana un valor añadido muy importante para encontrar subvenciones o conseguir protección.

Conocer los ámbitos de protección de nuestro entorno de montaña

Nuestro lema es "la montaña es nuestro terreno de juego", y como instalación deportiva debemos tener respeto sobre nuestro entorno natural. Pero sobre todo defendemos el acceso libre a nuestras montañas.

Cualquier duda técnica que te surja de deporte y uso de territorio de montaña consultánslo, nuestros vocales y técnicos buscarán aclararte y defenderte ante los agentes que nos impidan acceder libremente a nuestras zonas de senderismo, escalada, descenso de barrancos o cualquier otra actividad o terreno.

DESCUENTOS FEMECV

Desde hace algo más de un año empezamos a trabajar para recopilar todas aquellas empresas, tiendas de montaña, refugios, albergues, etc, que

ofrecían descuentos a los/as federados/as por la FEMECV. A día de hoy contamos ya con 20 descuentos de los que podrás beneficiarte presentando tu tarjeta federativa FEMECV del año en vigor junto con el DNI. En el siguiente enlace podrás encontrar más información sobre estos descuentos: <http://femecv.com/descuentos-femecv>. Para cualquier consulta o propuesta podéis escribir a: direccion tecnica@femecv.com. Desde la FEMECV agradecemos a todas estas empresas su colaboración.

Arturo Uréndez, Director Técnico FEMECV



	REFUGIO LA BASTIDA www.refugiobastida.blogspot.com.es 20 % de descuento		SCALA - TRABAJOS VERTICALES http://scalavalencia.com 12 % de descuento		SIDORME HOTELS www.sidorme.com/es/hoteles/low-cost/convenios/laboratori-femecv 10 % de descuento		SIERRA NEVADA CLUB Ofertas especiales		THE NORTH FACE VALENCIA info@TNFValencia.com 10 % de descuento		GRUP TURURAC www.tururac.com 15 % de descuento		UNIVERSITAT JAUME I www.uji.es/uji/eng/esports.html Descuentos especiales para federados		TOUR DEL CANIGÓ www.tourdelcanigo.com 15 € de descuento por federado		REFUGIS DEL TORB www.refugisdelorb.com 15 € de descuento por federado		
	la Castida Refugi Alberg		Scala Empresa de Trabajos Verticales www.scalavalencia.com		Sidorme Hotel Quality Low Cost Hotels 10% Descuento		Sierra Nevada Club		NEVER STOP EXPLORING		GRUP TURURAC TERRAFIT RURAL ACTIU		UNIVERSITAT JAUME I		Tour del Canigó		Refugis del Torb		
	CLÍNICA DE FISIOTERAPIA Y OSTEOPATÍA VICENTE PASCUAL https://www.facebook.com/pages/CIC%3A-DnicaVicente-Pascual/1540918992817458 20 % de descuento		CONSORCIO HOSPIT. PROV. CAST. http://hospitajprovinciales.es 40 € prueba esfuerzo deportivo 25 € reconocimiento médico deportivo por fisión		DEPORTES AITANA (Valencia) www.deportesaitana.com 10 % de descuento		DEPORTES MATCH 1 (Alicante) www.deportematch1.com 20 % de descuento		EL REFUGIO www.elrefugiodeport.es 10 % de descuento		ESPORTS COLAU http://www.esportscolau.es 20 % de descuento en calzado 10 % de descuento en textil		FERNANDO PRIETO PHOTOGRAPHY http://prieto.es 20 % de descuento en books para deportistas		HIMALAYA EXPERIENCE HOTELS HOTANSA www.hotansa.es 15 % de descuento		MACROVIDA www.macrovida.es 25 % de descuento al cenar cena, dormir y desayuno		MERIDIANO 0 www.meridiano-0.com 10 % de descuento
	CLÍNICA VICENTE PASCUAL Provincia de Castellón		Consorcio Hospitalario Provincial de Castellón		Deportes AITANA		deportes match 1		el refugio		ESPORTS COLAU		Fernando Prieto Photography		HOTANSA ANDORRA www.hotansa.com		MACROVIDA		MERIDIANO 0
	ALBERGUE ALMEDIJAR www.alberguealmedijar.com 10 % de descuento		ALBERGUE CALCENA www.alberguecalcena.com 20 % de descuento		ALBERGUE JUVENIL MONCAYO http://alberguejuvenilmoncayo.es/ 15 % de descuento		ALBERGUE RURAL JARAMACIL http://www.jaramacil.com 20 % de descuento		ANANET VERTICAL www.ananetvertical.com 10 % de descuento		ARMERIA DEL CARMEN www.armeriadelcarmen.es 10 % de descuento		BASE RECORD SPORT www.baserecordsport.com 20 % de descuento		CAMPING CARAVANNING FONTES DEL ALGAR http://www.fontesdelalgar.com 20 % de descuento		CAMPING LA PEDRERA (Bigastro) http://www.campingpedrera.com 15 % de descuento / 20% para grupos mayores de 8 personas (mínimo 2 noches)		CENTRO OSTEOPATÍA FISIOTERAPIA INTEGRAL www.cofi.es 30 % de descuento
	Albergue Almedijar		Albergue Calcena		Albergue Juvenil Moncayo		Albergue Rural Jaramacil		Ananet Vertical		Armería del Carmen		Base Record Sport		Camping Caravanning Fontes del Algar		Camping La Pedrera (Bigastro)		Centro Osteopatía Fisioterapia Integral



LICENCIA FEDERATIVA



La Licencia Federativa te da derecho a la práctica de:

- Senderismo
 - Carreras por montaña
 - Descenso de barrancos
 - Alpinismo
 - Campamentos
 - Escalada (en roca y en rocódromos)
 - Competiciones de escalada deportiva
 - BTT (sólo entrenamientos, no competiciones)
 - Esquí de montaña fuera de pista
 - Competiciones de esquí de montaña
 - Todas las modalidades deportivas recogidas en los Estatutos de la FEMECV.
- ...además de:
- Encuentro de jóvenes en verano e invierno
 - Descuentos en refugios de montaña
 - Descuentos federados FEMECV
<http://femecv.com/descuentos-femecv>
 - Inscripción en la Escuela Valenciana de Alta Montaña (EVAM) y en la Escuela Española de Alta Montaña (EEAM)
 - Todas las ventajas de pertenecer a la Federación Española FEDME:
www.ventajafedme.es

...y también quedas asegurado por GENERALI en caso de accidente deportivo

Puntos de información:

Tel.: 96 543 97 47 – Fax 96 543 65 70 Móvil: 637 859 376

Apartado de Correos 3 – Carrer Marià Lluïna, 9 – 03201 ELX

<http://www.femecv.com> e-mail: licencias@femecv.com

LICENCIAS FEDERATIVAS AÑO 2015

CATEGORÍAS

A. SÓLO ESPAÑA

MAYORES	67,39 €
JUVENILES	51,44 €
INFANTILES	30,66 €

INFANTILES:
Desde el 01 Enero 2015
al 31 de Diciembre de 2002 (de 0 a 13 años)

B1. ESPAÑA/PIRINEO FRANCÉS/ANDORRA

MAYORES	95,37 €
JUVENILES	79,42 €
INFANTILES	50,24 €

JUVENILES:
Desde el 01 Enero 2001
al 31 de Diciembre de 1998 (de 14 a 17 años)

B2. EUROPA Y MARRUECOS

MAYORES	134,24 €
JUVENILES	118,29 €
INFANTILES	106,66 €

MAYORES:
Desde el 01 Enero 1997
(18 años en adelante)

B3. TODO EL MUNDO

MAYORES	173,20 €
JUVENILES	157,25 €
INFANTILES	145,62 €

Para conocer otras coberturas y prestaciones según tipo llamar al teléfono 96 543 97 47 o consultar la

[web: www.femecv.com](http://www.femecv.com)

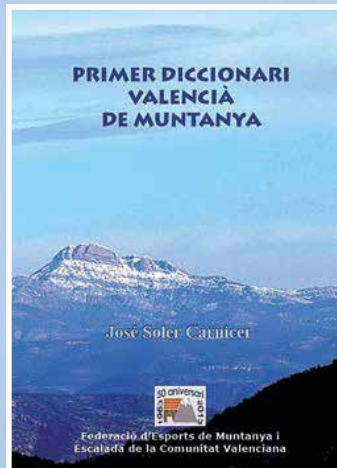
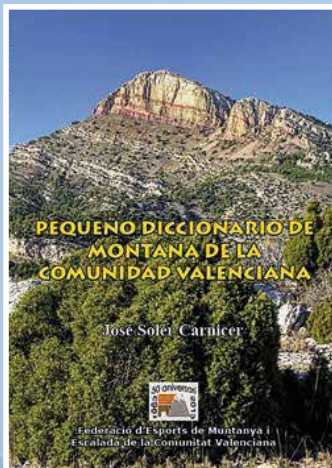
Cualquier ampliación solicitada llevará un recargo de 5 euros.

Para realizar tus ingresos las cuentas de esta Federación son:

BBVA: Entidad 0182 Ofic. 6874 D.C. 89 N° Cta. 0201621252

IBAN: ES54 0182 6874 8902 0162 1252

RECUERDA QUE PUEDES REALIZAR EL PAGO ONLINE



Esta publicación se ha realizado con motivo del 50 aniversario de la FEMECV (en venta en nuestras oficinas)



Montañismo



Alpinismo

CURSOS MONITORES VOLUNTARIOS DE CLUB



Escalada



2015



ESCUELA VALENCIANA DE ALTA MONTAÑA
 CARRER MARIA LUINA, 9 - 03201 ELCHE (ALICANTE)
 TELFS. 965 43 97 47 - 617 301 556 - 637 859 376
 EVAM@FEMECV.COM
 WWW.FEMECV.COM / FORMACION
 FACEBOOK.COM EVAM



UNIÓN INTERNACIONAL DE ASOCIACIONES DE ALPINISMO
 Formación bajo los estándares UIAA para guías e instructores voluntarios



FEDERACIÓ D'ESPORTS DE MUNTANYA I ESCALADA DE LA COMUNITAT VALENCIANA
 www.femecv.com

Descenso de barrancos

