



MEMORIA ÁREAS DE ACTUACIÓN TRANSVERSAL 2025

Junio 2026

INDICE

EEAM.....	2
Refugios.....	9
Deportes para Mayores.....	11
Desarrollo rural.....	13
Naturaleza y Medio Ambiente.....	14
Salud.....	15
Área de Instalaciones y Equipamientos.....	16
Mujer y Montaña.....	19

EEAM

Introducción

Iniciamos el 2025 con un cambio en la Dirección de la EEAM durante el mes de enero, coincidiendo con el cambio de presidencia de la FEDME. Unos meses después, otra redistribución de los cargos en el mes de octubre nos permite cerrar el año con Javier Lázaro González y Sandra Yáñez al frente de la Escuela Española de Alta Montaña (EEAM). Ambos seguimos comprometidos y trabajamos duro para lograr alcanzar el objetivo principal de la EEAM en dar respuesta a las necesidades formativas de la FEDME.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

- 1.- Resumen actividad EEAM
- 2.- Formación propia EEAM-FEDME
- 3.- Homologaciones para formaciones autonómicas
- 4.- Resumen de otras actividades de formación
- 5.- Divulgación y promoción

1.- RESUMEN ACTIVIDAD EEAM 2025

Durante el año 2025 se ha continuado con la línea de trabajo habitual de la EEAM, que ha tratado de seguir impulsando la Escuela Española de Alta Montaña y sus diferentes líneas de acción formativa.

Los objetivos planteados a principio de años fueron los siguientes:

- Continuar intentando promocionar una oferta formativa atractiva para nuestros federados.
- Facilitar cursos de actualización de perfiles técnicos y formación continua para el cuerpo arbitral FEDME de todos nuestros deportes.
- Proporcionar habilitaciones de árbitros y equipadores regionales al nivel nacional FEDME.
- Crear cursos para el desarrollo de nuevos perfiles técnicos dentro de la Federación.
- Continuar con la formación de técnicos, entrenadores y especialistas.
- Colaborar y prestar servicio a las escuelas autonómicas.

Iniciamos el mes de enero con un curso de TAVAD, que cabalga entre dos años naturales y una nueva edición del curso de Técnicos de Senderos. Posteriormente, durante los primeros meses del año, se realizaron las formaciones continuas de reciclaje para el colectivo arbitral de dos de las modalidades competitivas de la FEDME, escalada y carreras por montaña. A inicios de primavera realizamos un curso en conjunto FEDME- Scouts, y en el último trimestre realizamos

una nueva habilitación de Árbitros de Escalada, un curso de formación para el uso de la herramienta digital de arbitraje y clasificación de dicha modalidad deportiva. Iniciamos también una nueva edición de Técnicos de Senderos, realizamos el curso de formación continua de los árbitros de esquí de montaña y concluimos la oferta formativa con el curso específico de equipadores de paraescalada.



Siguiendo con las reuniones anuales que siempre se realizan con las escuelas autonómicas, durante el 2025 se han realizado dos reuniones telemáticas: la primera de ellas en el 9 de junio y la segunda el 25 de septiembre.

El objetivo de dichas reuniones es buscar el punto de encuentro que sirva para afianzar la colaboración entre escuelas territoriales y seguir trabajando en las comisiones de trabajo que se habían iniciado el año anterior.

En ambas reuniones estuvieron presentes, además de los representantes de EEAM-FEDME (Javier González Lázaro y Laura Martín Talavera en la primera y Sandra Yáñez en la segunda) las siguientes personas representando a sus respectivas federaciones autonómicas:

- Álvaro Ramos – Escuela de Castilla y León
- Paco Soler – Escuela Murciana de Actividades de Montaña
- Tineri Rodríguez /Cristina Castro-Escuela Canaria de Montaña
- Manuel Serrano Bellido – Escuela Andaluza de Alta Montaña
- Paco Madero – Escuela Andaluza de Alta Montaña
- Jordi Magriñà Guell – Escuela Catalana de Alta Montaña
- Juan Erans – Escuela de Castilla-La Mancha
- Luis Miguel Gómez Muñoz – Escuela de Castilla-La Mancha
- Laia Erra Arxé – Escuela Catalana de Alta Montaña
- Yaiza Fernández Pacheco – Escuela Valenciana de Alta Montaña
- Miguel Anta Sancho – Escuela Valenciana de Alta Montaña

Además, durante todo el año se ha colaborado paralelamente con entidades externas para la promoción y formación en deportes de montaña.

2.- FORMACIÓN PROPIA EEAM-FEDME

Durante el año 2025, la Escuela Española de Alta Montaña ha convocado y planificado un total de 10 cursos, de los cuales se han realizado finalmente 8. Cabe destacar que 2 de ellos se

desarrollan a caballo entre dos años naturales. La participación de estimada fue de 282 personas.

Los cursos realizados fueron:

1. Curso de Técnicos/as en Área verticales de Actividad Deportiva
Lugar: online y Escuela-Refugio Alquézar
Fecha: de diciembre de 2024 a junio de 2025
Participantes: 18

2. Curso de Técnicos/as de Senderos FEDME
Lugar: online y Cazorra (Jaén)
Fecha: del 27 de enero al 5 de diciembre de 2025
Participantes: 27

3. Formación Continua de Árbitros/as Nacionales de Escalada
Lugar: Albergue de Albarracín (Teruel)
Fecha: Del viernes 7 al domingo 9 de febrero de 2025
Participantes: 25

4. Formación Continua de Árbitros/as Nacionales de Carreras por Montaña
Lugar: online
Fecha: lunes 17 de marzo de 2025
Participantes: 88

5. Curso FEDME-Scouts
Lugar: Albergue Colladito (Miraflores de la Sierra, Madrid)
Fecha: 8 y 9 de marzo de 2025
Participantes: 33

6. Habilitación Árbitro/a Nacional de Escalada
Lugar: online y Barcelona
Fecha: 15 y 16 de noviembre de 2025
Participantes: 18

7. Curso de Técnico de Senderos (en desarrollo)
Lugar: on line y Toledo
Fecha: 19 de noviembre 2025 al 30 octubre 2026
Participantes: 29

8. Curso de Formación en Vertical Life

Lugar: On line y Barcelona
Fecha: 29 y 30 de noviembre 2025
Participantes: 12

9. Formación Continua de Árbitros/as Nacionales de Esquí de Montaña

Lugar: Salardú

Fecha: 29 y 30 de noviembre 2025

Participantes: 26

10. Habilitación Equipador/a Paraescalada

Lugar: online y Madrid

Fecha: 20 y 21 de diciembre de 2025

Participantes: 6



Foto: Fotografía del grupo de alumnos y docente

Los dos cursos que se convocaron pero que finalmente no se realizaron por falta de suficientes inscripciones para poder llevarlo a cabo fueron:

1. PPAA en zonas remotas
2. Entrenador de Carreras por Montaña



Foto: Cabecera del curso de PPAA Avanzados en Zonas Remotas

Por otro lado, se ha seguido ofertando los cursos de autoformación online, desde inicio de año hasta el mes de octubre, donde los desactivamos para mejorar los problemas técnicos derivados de la parametrización de la nueva herramienta Moodle. Un total de 37 personas.

3.- HOMOLOGACIONES PARA FORMACIONES AUTONÓMICAS

Durante el año 2025 se realizaron un total de 19 solicitudes de homologación de formaciones federativas autonómicas. La mayoría de las solicitudes fueron para homologar la formación de nuevos árbitros/as regionales o equipadores/as de escalada de competición, aunque cabe destacar que también realizamos una homologación del curso de técnico de senderos.

Pasamos a detallar cada una de ellas.

- 1.- Curso de Árbitro Autonómico de Escalada (FGM)
- 2.- Curso de Árbitro Autonómico de CxM (FCDME)
- 3.- Curso de Árbitro Autonómico de Escalada (FEMECV)
- 4.- Curso de Árbitro Autonómico de CxM (FEXME)
- 5.- Curso de Árbitro Autonómico de Marcha Nórdica (FBME)
- 6.- Curso de Equipador de Competición de Escalada (FAM)
- 7.- Curso de Equipador de Competición de Escalada (FDMCM)
- 8.- Curso de Árbitro Autonómico de CxM (FEEC)
- 9.- Curso de Árbitro Autonómico de Escalada (FAM)
- 10.-Curso de Árbitro Autonómico de Escalada (FGM)
- 11.-Curso de Árbitro Autonómico de Escalada (FMRM-FEMECV)
- 12.-Curso de Árbitro Autonómico de CxM (FECAMON)
- 13.-Curso de Equipador de Competición de Escalada (FNDME)
- 14.-Curso de Técnico de Senderos (FADMES)
- 15.-Curso de Árbitro Autonómico de Escalada (FECAMON)
- 16.-Curso de Árbitro Autonómico de Marcha Nórdica (FEEC)
- 17.-Curso de Árbitro Autonómico de Carreras por Montaña (FEMECV)
- 18.-Curso de Árbitro Autonómico de Carreras por Montaña (FEMPA)
- 19.-Curso de Árbitro Autonómico de Carreras por Montaña (FMEM)



4.- RESUMEN DE OTRAS ACTIVIDADES DE FORMACIÓN

Durante el 2025 iniciamos un proyecto Europeo Erasmus +, que tendrá alcance de dos años. Hasta en 2027 la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada a través de la EEAM, desempeñará un papel fundamental como socio experto en el proyecto Erasmus+ "MOUNTAIN", aportando su experiencia técnica en el medio natural para la inclusión de jóvenes en riesgo de exclusión.

Nuestro trabajo en el proyecto se vertebra en los siguientes puntos:

1. Perfil y Experiencia Aportada

- **Autoridad Técnica:** La FEDME participa como la entidad responsable de las disciplinas deportivas de montaña en España, aportando conocimientos en alpinismo, senderismo, escalada y seguridad.
- **Enfoque Juvenil:** Dispone de un área específica que involucra a jóvenes en programas de voluntariado y formación, habiendo colaborado previamente con organizaciones como los Scouts en actividades de verano.
- **Personal Clave:** El proyecto cuenta con la participación de **Javier González Lázaro** (Miembro de la Junta Directiva de la FEDME) y **Sandra Yáñez** (Directora de la Escuela Española de Alta Montaña).

2. Responsabilidades y Actividades Principales

- **Desarrollo de Materiales:** Colaborador en el diseño del currículo formativo y en la creación de materiales para el aprendizaje mixto (presencial y digital).
- **Acciones Piloto:**
 - Organizará y apoyará actividades de educación no formal y "acciones reparadoras" (voluntariado en refugios y mantenimiento de senderos) para jóvenes en riesgo.
 - **Sede de Movilidad Europea:** La FEDME será la organización anfitriona de la movilidad europea, donde recibirá a jóvenes y operadores de los otros países socios para una semana de convivencia y aprendizaje experiencial.
- **Sostenibilidad y Formación:** Participará en la formación de "figuras híbridas" (operadores socioeducativos con competencias de acompañamiento en montaña) para asegurar que el modelo sea replicable tras el proyecto.

3. Presupuesto y Alcance

- **Asignación Económica:** La FEDME tiene asignado un presupuesto total de **30.502 €** para la ejecución de sus tareas en los distintos paquetes de trabajo.
- **Impacto:** Se espera que la FEDME alcance a unos **250.000 socios** a través de sus canales de comunicación para difundir los resultados del proyecto.



Foto: Logo oficial del proyecto

5.- DIVULGACIÓN Y PROMOCIÓN

Durante el año 2025 hemos continuado con la labor de difusión y promoción de la formación federativa, tratando de acercarla a todas las personas federadas. Así, la comunicación a través

de los canales oficiales de FEDME también ha aumentado durante este año. Se han realizado un total de 20 noticias, 16 de ellos post en redes sociales propias de la EEAM. Desde el 2017 contamos con un Facebook propio de la EEAM y en este 2025 hemos estrenado un perfil en Instagram. Todas las publicaciones son noticias relacionadas con convocatorias de cursos, publicación de manuales, divulgación de cápsulas formativas y temas vinculados a la investigación y divulgación científica.

Refugios

Durante el año 2025 se han desarrollado las siguientes actuaciones en el ámbito de los refugios de montaña, orientadas principalmente a la coordinación con las FFAA, la mejora de la gestión conjunta y la integración en estructuras internacionales de cooperación.

Uno de los hitos más relevantes, tras más de una década sin un marco común de colaboración, ha sido el **acuerdo** entre la FEDME y las Federaciones Autonómicas impulsoras de la **Asociación de Correspondencia Mutua de Refugios de Montaña**, firmado el 25 de septiembre de 2025, que engloba a la mayor parte de los refugios españoles (51) y que establece un marco común de colaboración y un sistema de descuentos y compensaciones del que pueden beneficiarse las personas que practican deportes de montaña.

Este acuerdo no solo ha permitido recuperar la unidad y la coherencia en el ámbito de los refugios de montaña, sino que ha venido a reforzar la cooperación internacional al incorporarse los refugios españoles al **Convenio Internacional de Reciprocidad en el Uso de Refugios de Montaña**, favoreciendo la coordinación y el reconocimiento internacional.

Así, y gracias a este acuerdo, desde el 1 de enero de 2026, todas las personas federadas que dispongan de la licencia FEDME portarán en la misma los anagramas de la Reciprocidad Internacional y de la Correspondencia de Refugios, lo que les permitirá disfrutar de descuentos en todos los refugios incluidos en ambos acuerdos. De este modo, la licencia FEDME se consolida como una herramienta que garantiza las mejores condiciones económicas para el uso de los refugios de montaña tanto en España como en el conjunto de Europa.

El 12 de mayo de 2025 se constituyó el **Comité de Refugios de Montaña FEDME**, con la asistencia de 13 federaciones territoriales, creando un órgano estable de cooperación, coordinación y trabajo conjunto en esta materia, siempre con el objetivo de contribuir a que estas instalaciones deportivas sigan siendo fundamentales para hacer más seguras las actividades de montaña, a la vez que mejores, más sostenibles y modernas.

En el seno del citado Comité se ha creado una **Comisión de Gestores de Refugios** de Montaña, constituida el 24 de noviembre de 2025 e integrada por los vocales o responsables de refugios de todas las federaciones territoriales que gestionan refugios. Esta comisión ha mantenido reuniones de trabajo con periodicidad mensual, en las que se han abordado cuestiones relacionadas con la gestión, coordinación y necesidades comunes de la red de refugios.

Entre los trabajos desarrollados destaca la elaboración de un fichero actualizado y centralizado de refugios españoles, que recopila información común y homogénea sobre datos básicos, servicios, equipamientos, gestión, localización georreferenciada ...concebido como una herramienta compartida de información y gestión. Este documento continuará ampliándose progresivamente con la incorporación de otros refugios guardados y no guardados o de emergencia.

Actualmente, se está llevando a cabo una valoración de las necesidades de inversión de los distintos refugios, con el objetivo de elaborar un II Plan de Refugios que permita definir las prioridades de actuación y establecer líneas de mejora para los próximos años.

Deportes para Mayores

Durante el año 2025, la Vocalía de Deportes para Mayores continuó desarrollando actuaciones dirigidas a fomentar la participación, la convivencia y la práctica deportiva entre personas con veteranía vinculadas a las federaciones autonómicas y clubes integrados en la FEDME.

Con fecha 28 de julio se constituyó el **Comité de Deporte para Mayores FEDME** con la participación de las FFAA, con el objetivo de establecer una visión común y coordinada para el fomento, desarrollo y promoción del deporte de montaña entre las personas mayores, desde un enfoque basado en la salud, el envejecimiento activo, la inclusión y la sostenibilidad, garantizando asimismo la seguridad, la accesibilidad y el disfrute.

Dentro de este Comité se constituyó igualmente una **Comisión de Coordinación** integrada por tres personas, aprobada por el Comité.

La principal actividad desarrollada durante el ejercicio fue la celebración de la **51ª Reunión y Marcha Anual de Deportistas con Veteranía FEDME**, celebrada en la ciudad de **Ceuta** durante el mes de septiembre de 2025.

La magnífica organización del encuentro anual corrió a cargo del **Club de Montaña Anyera** coincidiendo con la celebración del 25º Aniversario de su fundación, y contó con el apoyo institucional de la Ciudad Autónoma de Ceuta, a través de la Consejería de Comercio, Turismo, Empleo y Deporte, y así como de la Cámara de Comercio.

La celebración de esta quincuagésima primera edición constituye un importante hito y pone de manifiesto la consolidación de una actividad con más de medio siglo de trayectoria dentro de la FEDME. Mantener vivo este encuentro durante cincuenta y una ediciones supone, además, un destacado reto organizativo y humano, posible gracias a la implicación de las federaciones autonómicas, clubes y entidades colaboradoras y especialmente de todos los participantes.

Este evento reunió a personas procedentes de distintas comunidades autónomas, constituyendo un espacio de encuentro e intercambio de experiencias en torno a los valores del montañismo y de las actividades en el medio natural, en un entorno singular como el de la ciudad autónoma de Ceuta.

La programación incluyó actividades senderistas, recorridos turísticos y culturales, actos festivos y actos institucionales, así como la celebración de la **Reunión Anual de Deportistas con Veteranía**, en la que se abordaron distintos asuntos relacionados con el funcionamiento y el futuro de esta área federativa. Durante la reunión se puso de manifiesto la preocupación existente por el creciente protagonismo de las disciplinas competitivas dentro del ámbito federativo, destacándose la importancia de seguir impulsando y fortaleciendo las actividades no competitivas vinculadas al senderismo y al deporte para mayores. Asimismo, quedó patente el interés común por mantener y consolidar este espacio de encuentro, participación y convivencia dentro de la FEDME.

En estos actos se contó con la presencia del consejero de Comercio, Turismo, Empleo y Deporte, así como del presidente de la Federación de Deportes de Montaña y Escalada de Ceuta (FDMEC).

La Vocalía de Deportes para Mayores mantiene como objetivo prioritario seguir impulsando iniciativas que fomenten la práctica deportiva saludable, la participación activa y el fortalecimiento de los vínculos sociales entre las personas mayores vinculadas a los deportes de montaña, promoviendo asimismo espacios de convivencia, encuentro e intercambio de experiencias en el medio natural.

Desarrollo rural

Durante el ejercicio, la FEDME ha mantenido su presencia en distintos espacios de trabajo y foros vinculados al desarrollo rural y la cohesión territorial, reforzando su papel institucional en ámbitos relacionados con el medio natural y las zonas de montaña. Esta participación contribuye a consolidar a la federación como agente vinculado al territorio, poniendo en valor el papel de los refugios, senderos y actividades de montaña como herramientas de cohesión territorial, sostenibilidad y fijación de población.

La FEDME forma parte de la **Asamblea de la Red Rural Nacional (RRN)**, espacio de coordinación y colaboración en materia de desarrollo rural en el que se comparten experiencias, líneas de actuación y propuestas vinculadas al territorio.

Asimismo, se ha participado en el proceso de evaluación ex-post del **Programa Nacional de Desarrollo Rural (PNDR)**, aportando la visión del deporte de montaña y de las infraestructuras y actividades vinculadas al medio rural. Esta evaluación permitirá analizar posibles mejoras en la aplicación de la política de desarrollo rural (participación, calidad, información y comunicación, innovación) incorporando además la visión estratégica y transversal aportada desde la Asamblea.

Igualmente, la FEDME mantiene su presencia en la **Comisión Sectorial para el Reto Demográfico**, foro orientado al análisis y seguimiento de iniciativas relacionadas con la despoblación, la sostenibilidad territorial y la dinamización del medio rural.

En relación con las políticas de transición social y climática, se ha participado en la consulta pública previa a la elaboración del **Plan Social para el Clima (PSPC)**, trasladando consideraciones vinculadas al acceso al medio natural, la movilidad en territorios rurales y el papel de las actividades deportivas de montaña, senderos y refugios como elementos de cohesión social y dinamización territorial.

A través de esta participación en órganos consultivos y espacios de trabajo, la federación continúa reforzando su vinculación con aquellas políticas públicas que inciden directamente en los territorios de montaña y en el desarrollo sostenible del medio rural.

Se continuará trabajando en la identificación de líneas de colaboración que permitan reforzar la vinculación entre las actividades de montaña y el desarrollo sostenible del medio rural, especialmente en aquellos territorios donde la red de senderos y refugios constituye un recurso estratégico.

Naturaleza y Medio Ambiente

Durante el año 2025 se han dado certificaciones Green label a la siguiente carrera por montaña.

Tenerife Bluetrail

Asimismo, se han revisado para la certificación **Bluetrail BURDEIN – HESIKO**

Se hicieron los trámites para las carreras **Tenerife Extrem y Santa Cruz Extreme**.

Estas certificaciones y revisiones hechas han supuesto la visita del árbitro ambiental, para ver si cumplen con las normas, así como hacer los informes de revisiones ambientales y la evaluación de la prueba y de los informes correspondientes.

Los objetivos para 2026 es la puesta al día del Comité Científico, así como el funcionamiento del mismo. Este comité se pretende que todas las federaciones presenten candidatos.

Una vez constituido el comité se hará una reunión para ver las normas de funcionamiento y los objetivos a conseguir

Asimismo, la revisión de aquellas carreras que quieran obtener el Certificado Greenlabel

Salud

Durante el año 2025, Salud de la FEDME ha continuado desarrollando su labor en el ámbito de la medicina de montaña, la seguridad en las actividades deportivas y la colaboración con organismos internacionales.

En el plano internacional, se ha participado activamente en la **Comisión Médica de la UIAA (UIAA MedCom)**, con la asistencia a **dos reuniones telemáticas**, así como en el **grupo de trabajo para la elaboración de recomendaciones sobre la práctica de actividades de montaña en personas mayores**. Asimismo, se ha participado en la **Comisión Médica de la ISMF (International Ski Mountaineering Federation)**, donde se han celebrado **dos reuniones telemáticas** centradas en aspectos de **seguridad y atención médica en competiciones de esquí de montaña**.

En el ámbito de asesoramiento a federados, el Área de Salud ha atendido diversas **consultas médicas relacionadas con la realización de trekkings y actividades en altura**, proporcionando recomendaciones preventivas sobre aclimatación, riesgos médicos y preparación para actividades en altitud.

En el área de divulgación, se ha colaborado con la **revista Desnivel** mediante la publicación del artículo *“Después del incendio: 10 recomendaciones para visitar y cuidar las zonas afectadas de forma segura”*, orientado a la prevención de riesgos y a la promoción de buenas prácticas en el medio natural.

Finalmente, el Área de Salud ha participado en **grupos de coordinación en situaciones de crisis ante accidentes graves internacionales**, prestando apoyo en la valoración médica y asesoramiento cuando ha sido requerido.

Estas actuaciones reflejan el compromiso de Salud de la FEDME con la **seguridad, la prevención y el desarrollo de la medicina aplicada a las actividades de montaña y deportes asociados**.

Área de Instalaciones y Equipamientos

Los primeros 6 meses del 2025 se dedicó, gran parte del tiempo y energía a coordinar y seguir de cerca el desarrollo de los diversos módulos.

Preparativos de la parte práctica y posteriormente corrección de trabajos finales y recuperaciones.

Cronograma TAVAD:

- DICIEMBRE 2024
 - 11: SESIÓN PRESENTACIÓN CURSO
 - 16 - 22: MÓDULO 1. Consideraciones jurídicas del equipamiento.
 - 23 - 4: MÓDULO 2. Los aceros y la corrosión
- ENERO 2025
 - 7 - 12: MÓDULO 3. Consideraciones laborales de los equipamientos.
 - 13 - 19: MÓDULO 4. La física de la caída y el anclaje.
 - 20 - 26: MÓDULO 5. Consideraciones ambientales del equipamiento.
 - 27 - 2: MÓDULO 6. Marco normativo de los equipamientos.
- FEBRERO 2025
 - 3- 9: MÓDULO 7. Dispositivos de anclaje.
 - 10 - 16: MÓDULO 8. Procedimientos de instalación según tipos de anclaje. Material para la instalación.
 - 17 - 23: MÓDULO 9. Geología y equipamiento en el medio natural.
 - 24 - 2: MÓDULO 10. Vías ferratas: equipamiento y revisión.
- MARZO 2025
 - 7: PUBLICACIÓN CALIFICACIONES TEÓRICAS ORDINARIAS
 - 10 - 23: EVALUACIONES EXTRAORDINARIAS
 - 31: PUBLICACIÓN CALIFICACIONES TEÓRICAS EXTRAORDINARIAS
- ABRIL 2025
 - 14 - 20: JORNADAS TEÓRICO-PRÁCTICAS PRESENCIALES. Alquézar.
- MAYO 2025
 - 30: ENTREGA PROYECTO FINAL
- JUNIO 2025
 - 9: PUBLICACIÓN CALIFICACIONES FINALES ORDINARIAS

- JULIO 2025
 - 10: ENTREGA EXTRAORDINARIA PROYECTO FINAL
 - 30: PUBLICACIÓN CALIFICACIONES FINALES EXTRAORDINARIAS Y CIERRE DE ACTAS

Actividades, tareas, propuestas, reuniones y coordinación

- ENERO
 - Visita a Benabarre y Olvena. Futuras zonas de prácticas.
 - Coordinar Material con los colaboradores TANGOS EN LA ROCA, RODCLE, KORDAS, INDEX
- FEBRERO
 - Pedir material para las prácticas a INDEX Y TANGOS.
 - Crear Rúbricas de evaluación por cada actividad evaluada en la práctica.
 - Reunión con todos los formadores de la parte práctica.
- MARZO
 - Charla- reunión online con Sofía, Marketing INDEX. Contraprestación por el material cedido. Difusión RRSS, instagram, web, noticias fedme. Videos cortos.
 - 10 de marzo, e-mail al nuevo presidente de la C. La nueva junta directiva no se ha puesto en contacto con nosotros.
 - Puntos tratados en la reunión:
 - **Sin financiación para 2025.**
 - Se explican los objetivos para este año y siguientes.
 - En marcha formación TAVAD
 - Autofinanciación.
 - Otras formaciones. Charlas, coloquios, Asesoramiento.
 - Coordinación con las Fed. autonómicas.
 - Reunión previa a la parte presencial-práctica TAVAD.
- ABRIL
 - Visita al albergue de Alquézar. Instalaciones, rocódromo, etc.
 - Preparativos parte práctica.
 - 14 - 20: JORNADAS TEÓRICO-PRÁCTICAS PRESENCIALES.
 - 29. Reunión feed-back con formadores, Reflexión sobre la parte práctica.
- MAYO-JUNIO
 - Corregir Proyectos finales TAVAD.
- JULIO
 - Corregir Proyectos extraordinarios finales TAVAD.
- AGOSTO. VACACIONES.

- SEPTIEMBRE
 - 12 DE SEPT. Reunión online. Club Gredos. Arenas de San Pedro. Futuro Comité de Reequipamientos en GALAYOS.
ASESORAMIENTO. Técnica, legal, ambiental.
Desde esta fecha, seguimos en contacto.
 - 23 de septiembre. Reunión con junta directiva. Tras enviar Email a Vicepresidentes/as. Andrea Cartas, Israel Martínez, José A. García Regaña, Bernat Clarella.
 - Contacto con diversas áreas de FEDME. Alpinismo, GAME, Seguridad, Medio Ambiente, EEAM, Comunicación. Nadie, aún se había puesto en contacto con nosotros desde la reunión en Marzo con Bernat.
- OCTUBRE
 - 29 Oct. 18:00. Reunión Comité Escalada Sostenible. Con Israel Martínez
- NOVIEMBRE
 - Asistencia al 7º día nacional de Seguridad en Montaña. Benasque. 28-29 de noviembre.
- DICIEMBRE
 - Envío de Presupuestos para 2026 y sucesivos. Gastos, viajes, transporte, objetivos.

Actividades, tareas, propuestas, reuniones 2026

- Participación del Comité de Equipamiento con una charla sobre "Equipamiento para Escaladoras y Escaladores" en el I Encuentro de Escaladores de Puerto Roque. Valencia de Alcántara. (Cáceres), celebrado en los días 16 y 17 de mayo de 2026.
- Comité de Equipamiento del Parque Nacional de Picos de Europa:
Aclarado el tema con las tres Fed. Asturias, Cantabria y C y L. He hablado con las tres. De todos modos el parque nacional de Picos de Europa nos enviará invitación para que FEDME esté dentro del comité (futuro comité).
- TAVAD. Técnico en Actividades Verticales de Actividad Deportiva:
Desde hace meses hablando con Kike Morales de FECAMON, quiere una formación TAVAD allí. Estamos en trámites.
A la vez Navarra, Vizcaya, Murcia y Andalucía quieren saber cuándo hacemos la formación TAVAD.

Mujer y Montaña

MEMORIA

MUJER Y **ONTAÑA**



2025



fedme



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN, CULTURA
Y DEPORTE



MEMORIA DE ACTIVIDADES- Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada 2025

ÍNDICE

Programa Mujer y Deporte	Pág. 3
1. Promoción, difusión de la Mujer en el Deporte	Pág. 3
I Encuentro Mujer y Montaña – “Las Cainejas”	Pág. 3
Encuentro de Corredoras por Montaña”	Pág. 10
Proyecto “Iguales en la Montaña”: contra los estereotipos de género en la escalada y el alpinismo	Pág. 18
Curso de esquí de descenso en nieves no tratadas, nivología y rescate en avalanchas (nivel I) para el Equipo Femenino de Alpinismo	Pág. 27
Reportaje audiovisual y fotográfico del I Encuentro Mujer y Montaña	Pág. 34
Reportaje audiovisual y fotográfico del curso de esquí de descenso en nieves no tratadas, nivología y rescate en avalanchas (nivel I) para el Equipo Femenino de Alpinismo	Pág. 37
Reportaje audiovisual y fotográfico sobre los estereotipos de género en la montaña y cómo abordar su eliminación en edades tempranas a través de proyectos como “Iguales en la montaña”	Pág. 40
2. Formación	Pág. 43
Curso de Técnicos/as en Áreas Verticales de Actividad Deportiva	Pág. 43
Curso de Técnicas/os de Senderos	Pág. 55
3. Ayudas a desplazamientos de mujeres técnicas, juezas y personal federativo	Pág. 63
Ayudas para desplazamientos y asistencia a competiciones deportivas por parte de técnicas y juezas de carácter internacional, que supongan un avance en su trayectoria profesional	Pág. 63
Ayuda para la asistencia de mujeres a comités ejecutivos de las Federaciones Internacionales u otras reuniones consideradas de relevancia por el CSD	Pág. 67

Acciones fuera del Programa Mujer y Deporte	Pág. 70
1. Taller “Suelo Pélvico y Escalada”	Pág. 70
2. Ayudas para desplazamientos y asistencia a competiciones deportivas por parte de árbitras de Snowrunning y Marcha Nórdica	Pág. 73
3. Proyecto Abriendo Camino IV – Argelia	Pág. 75
4. Página Web	Pág. 85
5. Contratación Coordinadora Área Mujer y Montaña	Pág. 86
6. Segunda Técnica del Equipo Femenino de Alpinismo	Pág. 87
7. Expositores publicitarios Mujer y Montaña	Pág. 92

Programa Mujer y Deporte

1. Promoción, difusión de la Mujer en el Deporte

I Encuentro Mujer y Montaña – “Las Cainejas”

- **Introducción**

En el corazón de los Picos de Europa, donde la roca se alza majestuosa y desafiante, tuvo lugar una de las gestas más desconocidas pero inspiradoras del alpinismo español. En el año 1935, dos jóvenes de Caín, nietas del “Cainejo”, y primas entre sí —María Isabel Pérez Pérez y Teófila Gao Pérez—, ascendieron el imponente Naranjo de Bulnes o Picu Urriellu sin conocimientos técnicos ni equipamiento especializado. Con su hazaña, se convirtieron en las primeras mujeres en alcanzar su cumbre.

Casi un siglo después, su historia sigue siendo un símbolo de valentía, determinación y amor por la montaña, por ello como conmemoración del 90º aniversario de esta histórica ascensión organizamos unas jornadas para rescatar del olvido y rendir homenaje a su legado, reflexionando sobre el papel de la mujer en el mundo del montañismo. Los días 19, 20 y 21 de septiembre de 2025 se llevó a cabo el “I Encuentro Mujer y Montaña - Las Cainejas”.

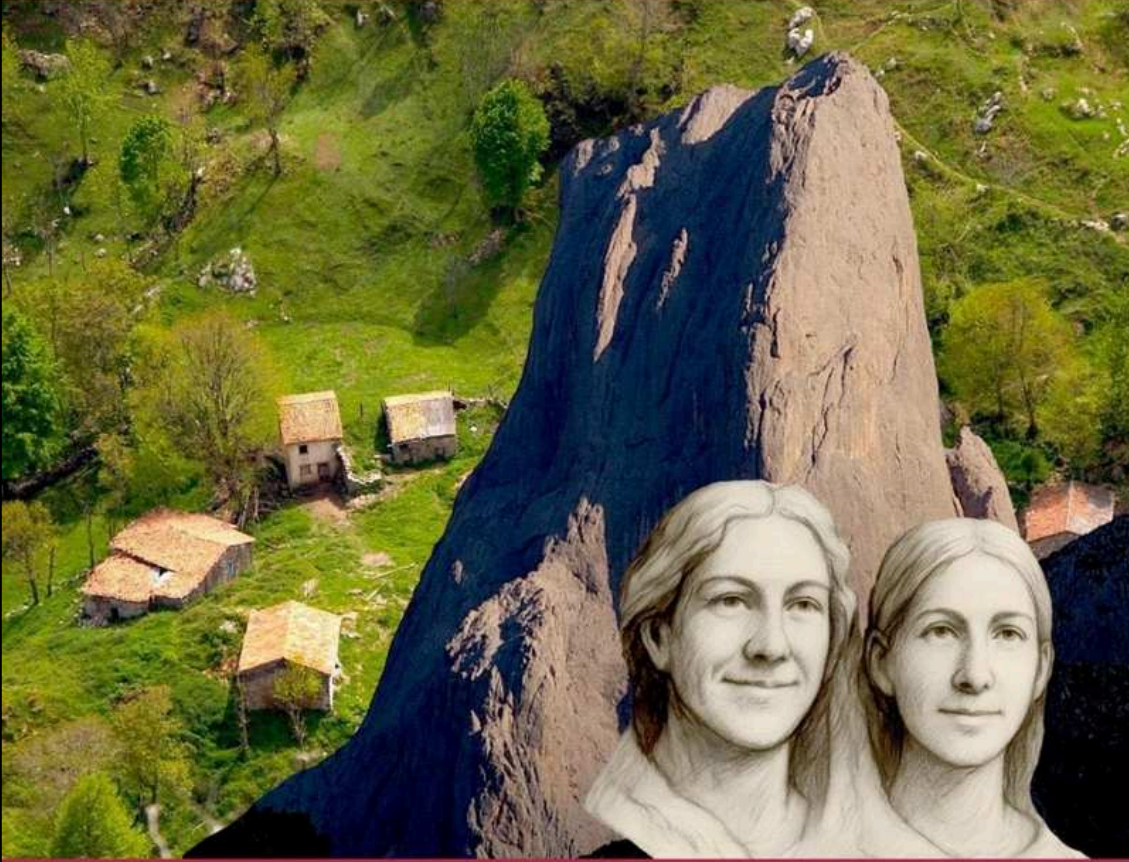
Este evento fue organizado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada a través de su Área de Mujer y Montaña y la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León con el fin de que sirva como semilla para que se puedan desarrollar iniciativas similares en las diferentes Comunidades Autónomas. También contó con la colaboración del Consejo Superior de Deportes, la Junta de Castilla y León – Fundación Patrimonio Natural, el Ayuntamiento de Posada de Valdeleón, la Junta Vecinal de Caín, la Junta Vecinal del Real Concejo de Valdeón y la Junta Vecinal de Santa Marina, la Diputación de León y el Parque Nacional Picos de Europa.

Esta iniciativa se enmarca en el programa de fomento de la igualdad de género en el deporte y contó con diversas actividades como rutas de senderismo, diferentes talleres técnicos de montaña, charlas formativas sobre rescate en montaña y una proyección de un cortometraje llamado “Mujeres en el Urriellu” a cargo de la conocida montañista pionera, Ana Isabel Martínez de Paz.

Link a la noticia: <https://fedme.es/las-primeras-jornadas-mujer-y-montana-honran-el-legado-de-las-cainejas/>

- Cartel I Encuentro Mujer y Montaña – “Las Cainejas”

JORNADAS MUJER Y MONTAÑA: CONMEMORACIÓN DEL 90º ANIVERSARIO DE LAS CAINEJAS EN EL NARANJO



ORGANIZAN

FDMESCYL
Federación de Montañismo de Castilla y León

CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

M+D
Programas Mujer y Deporte

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE

COLABORAN

Junta de Castilla y León

Asociación Posada de Valdeón
LEÓN CASTILLA Y LEÓN

VALLI REVALDEÓN

DIPUTACIÓN DE LEÓN

CONSEJO AUTONÓMICO DE EUROPA
PICOS DE EUROPA
MARCA NACIONAL

POSADA DE VALDEÓN Y CAÍN - LEÓN

19, 20 Y 21 DE SEPTIEMBRE DE 2025

- **Objetivos**

- Favorecer el contacto entre las montañeras que facilite el establecimiento de relaciones para la realización de nuevos proyectos.
- Proporcionar formación técnica específica a las montañeras.
- Tomar las medidas necesarias de conciliación familiar para facilitar la asistencia de las deportistas a la actividad.
- Proporcionar un lugar para establecer un debate en torno a la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.
- Ser un punto de referencia en el calendario anual para las montañeras.
- Conmemorar el 90º aniversario de la primera ascensión al Naranjo de Bulnes realizada por mujeres.

- **Programa**

El evento se celebró durante los días 19, 20 y 21 de septiembre del 2025 siguiendo el siguiente programa de actividades:

Viernes 19 septiembre

- 17:00 - Recepción y entrega de la documentación. Recepción de participantes en el Centro de Visitantes del Parque Nacional Picos de Europa en Posada de Valdeón. Se hizo entrega a cada participante de un regalo conmemorativo de estas Jornadas.
- 17:30 - Acto inaugural.
- 18:00 - Audiovisual sobre la gesta de *Las Cainejas* (8 minutos).
- 18:10 - Proyección y charla: "Entre el cielo y las peñas" a cargo de Cristina Montero.

Sábado 20 septiembre

- 09:00 a 13:30 - Ruta de Senderismo conmemorativa.
 - 09:00 a 13:00 - Talleres (Polideportivo Posada de Valdeón):
 - Cultura tradicional, Asociación el Acebo.
 - Taller: Protección Civil y GREIM.
 - Taller: Aseguramientos en escalada.
 - Taller: Suelo-pélvico y escalada.
- *Servicio de guardería: durante esta jornada se realizaron juegos y talleres para el público infantil.
- 17:00 - Proyección y charla: Mujeres en el Urriellu a cargo de Ana Isabel Martínez de Paz.
 - 18:00 - Mesa Redonda: "Pioneras en la montaña". Con la participación de Meri Puig Rebutés, Mónica Vergé y Pilar Frías.
 - 19: 00 - Acto de entrega del premio FEDME de Igualdad-Mujer 2024: A Las Cainejas.

Colocación del trofeo otorgado por la Asociación de Escaladores Históricos en el Picu Urriellu en el Centro de Visitantes de Posada de Valdeón junto al premio FEDME.

- 21:00 Cena comunitaria y velada con grupo musical.

Domingo 21 septiembre

- 9:00 - Ruta de senderismo y naturaleza interpretada por los guardas del Parque Nacional de los Picos de Europa, en el entorno de Caín.
- 13:00 - Acto institucional e inauguración de la escultura homenaje a *Las Cainejas* en Caín.
- 14:00 - Clausura de las jornadas
- 14:30 - Paellada en Caín opcional.

*Nota: Durante todo el evento, en el Pabellón Municipal hubo una exposición de fotografías del paisaje y fauna de la zona, obra de Iñigo Miguel Sadia.

- **Participación**

Estas jornadas se abrieron a todas las personas interesadas, con especial atención a mujeres deportistas, montañeras, investigadoras, estudiantes, guías y habitantes del entorno del Parque Nacional de los Picos de Europa.

En total, participaron 126 personas, distribuidas por sexo y procedencia de la siguiente manera:

Participantes por sexo:

- Mujeres: 79
- Hombres: 47

Procedencia:

- Local (Posada de Valdeón): 5
- Regional (Castilla y León): 82
- Nacional: 38
- Internacional (Francia): 1

- **Valoración y propuestas de mejora**

El I Encuentro Mujer y Montaña “Las Cainejas” no fue únicamente un evento deportivo, sino también un ejercicio de memoria histórica y visibilidad que conectó el pasado de las pioneras como “las Cainejas” con el presente de las deportistas actuales.

Centrar las jornadas en la figura de "Las Cainejas" (las primeras mujeres en escalar el Naranjo de Bulnes en 1935) fue un acierto estratégico ya que aportó una narrativa de pertenencia y orgullo

que trasciende la competición. Además, el encuentro no se limitó a una sola actividad; integró escalada, senderismo y conferencias. Esto permitió que mujeres con diferentes niveles y motivaciones se sintieran parte del proyecto. Estos eventos son vitales para crear una red de apoyo entre mujeres (guías, árbitras y deportistas) que a menudo están dispersas en un entorno mayoritariamente masculino. La idea de celebrar el evento en Caín y el Parque Nacional de Picos de Europa ayudó a reforzar el vínculo con las raíces del montañismo español, dotándolo de una mística especial.

Basándonos en el desarrollo de estas primeras jornadas, estas son las propuestas de mejora para potenciar futuras ediciones:

- A menudo, las mujeres en montaña se enfrentan a sesgos de "sobrepotección" o falta de confianza en la toma de decisiones por lo que incluir talleres específicos de gestión de riesgo y toma de decisiones liderados exclusivamente por guías de alta montaña mujeres sería un acierto. El objetivo es que las participantes no solo sigan una ruta, sino que aprendan a liderarla, reforzando el mensaje de empoderamiento técnico.
- Aunque la noticia post-evento y el reportaje son completos, la visibilidad se puede multiplicar durante la ejecución. Implementar un sistema de *streaming* o directos en redes sociales para las mesas redondas y ponencias que se celebraron permitiría que las mujeres que no pudieron viajar participen enviando preguntas o escuchando los debates sobre igualdad en el deporte y ello ampliaría el alcance del proyecto a nivel nacional e internacional.

- **Fotografías**







Encuentro de Corredoras por Montaña

- **Introducción**

Los días 10, 11 y 12 de octubre de 2025 se llevó a cabo el Encuentro de Corredoras por Montaña en Benasque, concretamente en el Parque Natural Posets-Maladeta.

Las carreras por montaña han experimentado un notable crecimiento en los últimos años, pero la participación femenina sigue siendo inferior a la masculina. Este evento buscaba fomentar la inclusión de la mujer en este deporte mediante formación técnica, talleres especializados y la creación de una comunidad de corredoras dado que muchas no se atreven a saltar al terreno de montaña o no encuentran compañeras con las que compartir afición.

Este evento organizado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada a través de su Área de Mujer y Montaña e impulsada por la seleccionadora nacional de carreras por montaña Nuria Domínguez Azpeleta, representa un evento de referencia para las mujeres corredoras por montaña de nuestro país. De naturaleza itinerante, este encuentro es una garantía de formación, convivencia y sororidad en torno al trail y las carreras por montaña, donde mujeres de diferentes niveles pudieron compartir experiencias y aprender juntas en un entorno privilegiado.

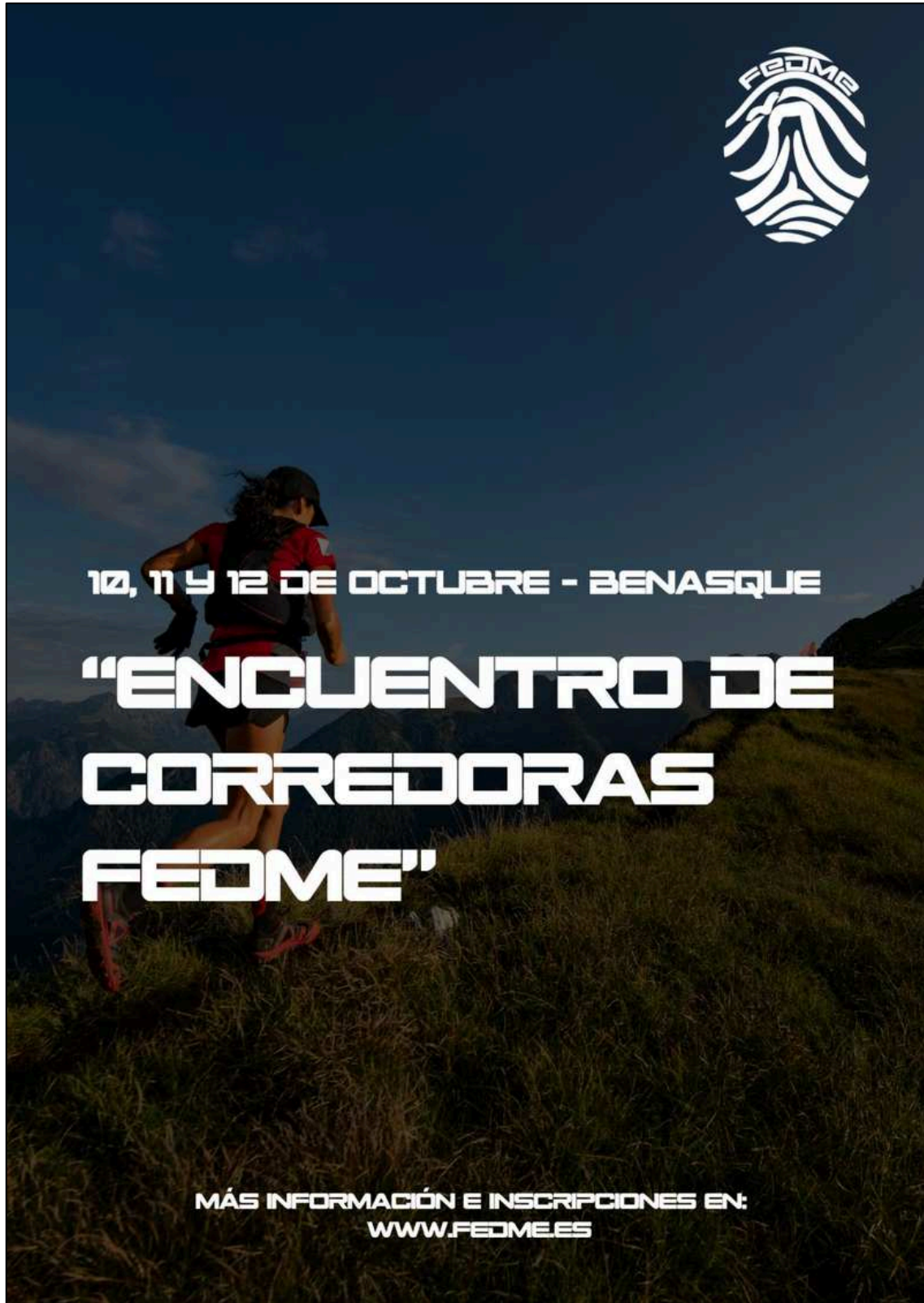
El encuentro ofreció un completo programa de talleres teórico-prácticos, dos salidas a la montaña y charlas específicas, todo ello orientado a mejorar la técnica de progresión en terreno montañoso, el uso de bastones, el trabajo de fuerza y equilibrio, así como a introducir recursos complementarios como los hipopresivos, el yoga o el pilates.

La actividad contó con la participación de profesionales de gran trayectoria como Silvia Leal Augé, especialista en yoga y gimnasia suave; Nuria Codina Alés, experta en pilates e hipopresivos y Nuria Domínguez Azpeleta, seleccionadora nacional y responsable de la actividad, quienes acompañaron a las participantes en un fin de semana diseñado para potenciar sus capacidades y reforzar la visibilidad de la mujer en este deporte.

Link a las noticias: <https://fedme.es/el-encuentro-de-corredoras-por-montana-regresa-a-benasque-en-octubre-de-2025/>

<https://fedme.es/benasque-se-convierte-en-el-epicentro-femenino-de-las-carreras-por-montana/>

- Cartel Encuentro de Corredoras por Montaña 2025



- **Objetivo general**

- Promover la participación de la mujer en las carreras por montaña a través de una actividad formativa y práctica en un entorno de alta montaña.

- **Objetivos específicos**

- Identificar el contexto de las carreras por montaña y sus características.
- Mejorar la técnica de progresión en terreno de montaña.
- Practicar y mejorar la técnica de bastones como recurso básico para la corredora por montaña.
- Practicar ejercicios enfocados a la mejora de la fuerza utilizando diferentes recursos.
- Reconocer y valorar los hipopresivos como un recurso de interés en las carreras por montaña.
- Mejorar la técnica y seguridad en carreras por montaña.
- Concienciar sobre la importancia de la prevención de lesiones.
- Fomentar la utilización de herramientas como el yoga, pilates y los ejercicios funcionales.
- Crear un espacio de intercambio de experiencias entre mujeres corredoras.

- **Contenidos**

- Carreras por montaña: contexto y características
- Técnica de progresión en terreno de montaña
- Técnica de bastones
- Ejercicios de fuerza y de equilibrio funcional
- Gimnasias suaves: hipopresivos, yoga, estiramientos

- **Actividades**

Se realizaron actividades dirigidas desde la tarde del viernes, sábado en jornada completa y domingo por la mañana.

- Salidas a la montaña con un enfoque teórico-práctico y de conocimiento del valle.
- Talleres teórico-prácticos de interior y exterior enfocados a la mejora física-técnica-equilibrio y cuerpo-mente.
- Charlas teóricas específicas sobre carreras por montaña.

- **Programa**

El evento se celebró durante los días 10, 11 y 12 de octubre del 2025 siguiendo el siguiente programa de actividades:

Viernes 10

- A partir de las 19:00 – Incorporación y reparto de habitaciones
- 19:30 – Presentación de la actividad. Presentación grupo de trabajo.
- 20:00 – Cena
- 21:00 a 21:45 – Charla Carreras por Montaña: Contexto y factores determinantes en las carreras por montaña (Nuria Domínguez)
- 22:00 a 22:45 Ejercicios de Pilates para mejorar el rendimiento en corredoras por montaña (Nuria Codina)

Sábado 11

- 7:45 – Desayuno
- Tras desayuno – Actividad de mañana. Entrenamiento por montaña con trabajo técnico (Nuria Dominguez)
- 14:00 – Comida
- Tras comida y reposo: Talleres de 50 minutos aproximadamente
 - Técnica de bastones (Nuria Domínguez)
 - Trabajo Funcional (Silvia Leal)
 - Técnicas hipopresivas aplicadas a corredoras por montaña (Nuria Codina)
 - Foam roller y pelota (Nuria Domínguez)
- 20:00 – Cena
- Tras reposo
- 22:00 – Sesión Fin de ruta yoga (Silvia Leal)

Domingo 12

- 7:30 – Desayuno
- Tras desayuno salida a la montaña
- 14:00 aproximadamente: Comida
- Fin de actividad tras comida

- **Participación**

En total, participaron 10 corredoras de todo el ámbito nacional, procedentes de las siguientes Comunidades Autónomas: País Vasco, Madrid, Cataluña y Castilla y León.

Su edad estaba comprendida entre los treinta y cuatro y cincuenta y cinco años. Todas ellas con diferentes experiencias en carreras por montaña, asiduas a la montaña y con diferentes niveles de conocimientos en cuanto a las carreras por montaña. El grupo fue diverso en cuanto a necesidades y expectativas y en todo momento se buscó la adaptación, ajuste y respuesta adecuada para formar un buen grupo.

- **Valoración general y propuestas de mejora**

El “Encuentro de Corredoras por Montaña” estaba enfocado en promocionar y practicar este deporte dando la oportunidad de reunirse a mujeres deportistas vinculadas con la montaña y concretamente con las carreras por montaña acercando y afianzando diferentes contenidos de interés. A través del desarrollo de los contenidos del programa, se fueron cumpliendo los diferentes objetivos planteados anteriormente por la organización.

La asistencia a la actividad y la respuesta por parte de todas las participantes desde un principio fue muy satisfactoria ya que muchas de ellas mostraron un claro interés por asistir al evento incluso habilitando en muchos casos su licencia para poder acudir. La plataforma de inscripción fue intuitiva y las dudas de las participantes fueron atendidas por el equipo de trabajo. Además, se les envió previamente toda la información relativa al Encuentro, incluyendo el programa de actividades.

Los talleres de carácter teórico-práctico, como el de técnica de bastones, fueron recibidos con gran interés y predisposición a las diferentes tareas. Estos fueron variados y a su vez trataron contenidos específicos relacionados con las carreras por montaña con un enfoque de práctica directa en la montaña. Los talleres de gimnasias suaves se realizaban a final del día ofreciendo recursos enfocados en la relajación y la relación cuerpo-mente.

Se realizaron otros talleres en interior como el de fuerza e hipopresivos orientados específicamente al entrenamiento de carreras por montaña finalizando con estiramientos con el apoyo de materiales como el foam-roller para disminuir la tensión muscular.

En la charla sobre el entrenamiento en las carreras por montaña se expusieron todos los factores que influyen en el rendimiento y se fueron aclarando las dudas que fueron planteando las participantes.

Las salidas a la montaña se ajustaron a los fines propuestos y los horarios. La primera salida se centró en la subida y bajada de los diferentes tipos de terreno hasta llegar a las Cascadas de Ardonés. La segunda salida partió desde Llanos del Hospital, continuó hacia el pico Salvaguardia para llegar finalmente al entorno glaciar del Aneto y Maladeta. Los horarios se cumplieron según lo programado destacando la agilidad en los desplazamientos y la puesta en marcha de las actividades.

El alojamiento, la manutención y el servicio por parte de la Escuela de Montaña de Benasque fue muy bien atendido.

Al finalizar el Encuentro las participantes recibieron una camiseta como recuerdo de la experiencia. Por último, las participantes respondieron a un cuestionario de valoración de la actividad para poder recabar información relevante y mejorar para futuras ediciones. La impresión general fue descrita como un encuentro lleno de aprendizajes, vivencias y motivaciones.

Tras recoger los resultados del cuestionario final de valoración y compartir impresiones al final de la actividad, se realizaron algunas propuestas de mejora:

- Aumentar el número de días de la actividad.
- Reactivar el encuentro invernal de corredoras por montaña.
- Introducir nuevos talleres de diferentes temáticas de interés.
- Seguir conociendo nuevos entornos de montaña.

- **Fotografías**







“Proyecto Iguales en la Montaña”: contra los estereotipos de género en la escalada y el alpinismo

- **Introducción**

Tras la exitosa celebración de la primera edición del proyecto “Iguales en la Montaña” y conscientes de la importancia que tiene la educación durante las primeras edades y la necesidad de continuar trabajando para hacer efectiva la igualdad de género, FEDME quiere darle continuidad al proyecto. Este tiene como principal objetivo contribuir a educar en la igualdad de género a las futuras generaciones.

La montaña ha sido un ámbito tradicionalmente ocupado por el hombre, en el que la mujer no tenía cabida. Afortunadamente esto está cambiando y cada vez son más las mujeres que tanto a nivel nacional como internacional practican montañismo a un altísimo nivel. Todo el mundo conoce a Edurne Pasaban, pero hay muchas otras mujeres españolas: Mónica Vergé, Meri Puig, Araceli Segarra, Ana Masip, Lucía Guichot, Nieves Gil, Josune Bereziartu, Ana León, Silvia Vidal, Sonia Casas...etc. Silvia Vidal fue la primera persona española en ganar el premio “Piolet de Oro” por actividad. Además, en el año 2024 por primera vez en la historia, se otorgó la mención especial al piolet de oro a una expedición internacional formada exclusivamente por mujeres entre las que se encontraban dos españolas: la capitana del barco Marta Güemes y la escaladora Nadya Royo.

Es necesario poner en valor las gestas de nuestras deportistas y hacer conocedores de estas a nuestros niños y niñas para que sirvan de referentes y cada vez sean más las mujeres que se animen a practicar los deportes de montaña y escalada.

El proyecto “Iguales en la montaña” se llevó a cabo en dos colegios: el CEIP San Eugenio y San Isidro de Madrid y el CEIP Fernando de los Ríos de Las Rozas. Este año este proyecto ha continuado creciendo con la incorporación del CEIP Isabel la Católica de Pinto.

Las actuaciones que se llevaron a cabo con el alumnado fueron dos: por un lado, una charla en la que se trató la igualdad de género en el deporte de montaña y por otro, una jornada de escalada en rocódromo en la que niñas y niños disfrutaron de la escalada en compañía de una de las mujeres referentes de nuestro deporte.

Link a la noticia: <https://fedme.es/iguales-en-la-montana-educar-en-igualdad-desde-la-infancia-a-traves-del-deporte/>

Link al vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=RRofziYIW6E>

Link a la presentación PPT de las charlas: https://www.canva.com/design/DAG1GVNwWQc/F-a4hJoQYhXqEy9Bna7JqA/edit?utm_content=DAG1GVNwWQc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

- **Objetivo general**
 - Educar en igualdad de género a niñas y niños de Educación Primaria a través de los deportes de montaña y escalada.
- **Objetivos específicos**
 - Concienciar a los escolares del perjuicio que hacen los estereotipos de género en general y en el deporte en particular.
 - Dar a conocer y visibilizar a las mujeres que han cosechado grandes éxitos en los deportes de montaña.
 - Fomentar e incrementar la realización de deportes de montaña y escalada entre las niñas.
 - Favorecer la creación de referentes femeninos en el deporte de montaña y escalada en los escolares.
- **Desarrollo del proyecto**

Esta segunda edición del proyecto se ha celebrado nuevamente en la Comunidad de Madrid, contando con la participación de tres centros escolares: C.P. San Eugenio y San Isidro (Madrid), C.P. Fernando de los Ríos (Las Rozas de Madrid) y C.P. Isabel La Católica (Pinto). En total participaron 162 niñas y niños de 5º y 6º de Educación Primaria.

Este proyecto consta de una charla para fomentar la igualdad de género y una jornada de escalada con una deportista referente del mundo de la montaña. Las charlas se desarrollaron entre los días 9 y 15 de octubre en jornada de mañana y tarde, en cada uno de los centros escolares participantes. En ellas se abordaron conceptos fundamentales sobre la igualdad de género en el deporte en general y en el deporte de montaña en particular. Además, se reflexionó sobre cómo los estereotipos pueden condicionar nuestras decisiones y se ofrecieron estrategias para detectarlos y evitarlos. Asimismo, se visibilizaron distintas manifestaciones de desigualdad existentes en el ámbito deportivo, demostrando que la montaña y la escalada son actividades accesibles y enriquecedoras para todas las personas, sin distinción de género. Durante las charlas, los escolares comenzaron a acumular “Iguelpuntos”, un sistema de puntuación simbólico que premiaba su participación, interés y aportaciones relacionadas con la igualdad.

Las jornadas de escalada se celebraron los días 16 y 17 de octubre, en el rocódromo The Climb (Leganés). Debido a un cambio en las condiciones del rocódromo utilizado en la edición anterior, fue necesario buscar una nueva instalación. Ante la imposibilidad de encontrar un rocódromo con capacidad para más de 50 escolares por turno, se tuvieron que organizar dos turnos diarios, para poder atender a todo el alumnado participante. Este ajuste implicó que la duración de la actividad pasara de tres horas a dos, reduciendo proporcionalmente el coste por niño/a. La actividad contó con la presencia de la escaladora Michelle Matheus, quien compartió con los escolares su experiencia personal en el mundo de la escalada y la montaña. Michelle explicó cómo fueron sus comienzos, transmitiendo un mensaje centrado en la superación personal, la gestión del miedo y la importancia de progresar a su propio ritmo. Además, ofreció al alumnado

consejos técnicos básicos sobre cómo escalar de forma segura y eficaz. Durante toda la jornada, Michelle escaló junto a los participantes, colocó “Igualepuntos” a lo largo de las diferentes vías del rocódromo y motivó al alumnado a disfrutar del aprendizaje y el trabajo en equipo.

Al finalizar la jornada de escalada, todos los participantes recibieron un obsequio consistente en una bolsa con un cuaderno y un bolígrafo conmemorativos del proyecto. Además, los ganadores del juego de los “Igualepuntos” (el niño y la niña con más puntos acumulados entre la charla y la jornada de escalada por cada colegio participante) fueron premiados con una mochila para ir a la montaña y dos entradas para volver a escalar en el rocódromo, reforzando así la motivación y el vínculo con la actividad física y la naturaleza.

- **Asistentes**

Alumnado CEIP San Eugenio y San Isidro (Madrid): 48

Alumnado CEIP Fernando de los Ríos (Las Rozas): 67

Alumnado CEIP Isabel la Católica (Pinto): 47

- **Conclusiones y valoración general**

El presupuesto destinado al proyecto no se ejecutó en su totalidad. La reducción del gasto se debió principalmente a dos factores:

1. La disminución del tiempo de la actividad en el rocódromo (de tres a dos horas por grupo), lo que supuso un menor coste por participante.
2. Uno de los centros escolares participantes, el C.P. San Eugenio y San Isidro de Madrid, contó con un autobús facilitado por el Ayuntamiento de Madrid, lo que permitió reducir el gasto en transporte previsto inicialmente.

La valoración global de esta segunda edición del proyecto “Iguales en la Montaña” es muy positiva. El alumnado mostró una alta motivación y participación tanto en las charlas como en las jornadas de escalada. El sistema de “Igualepuntos” resultó una herramienta muy eficaz para promover la implicación activa y el trabajo en valores de igualdad y cooperación.

Las niñas y niños disfrutaron de una experiencia enriquecedora que combinó aprendizaje, deporte y valores, reforzando la idea de que la montaña y la escalada son espacios inclusivos, igualitarios y de crecimiento personal.

- **Propuestas de mejora**

Para futuras ediciones, se propone seguir aumentando la participación de técnicas de escalada, procurando equilibrar la presencia de mujeres y hombres, algo que en esta edición todavía no

se ha conseguido. Además, se procurará evitar que en las charlas haya más de 50 alumnos, por lo que en los colegios que tengan tres clases de 6º se impartirán dos charlas.

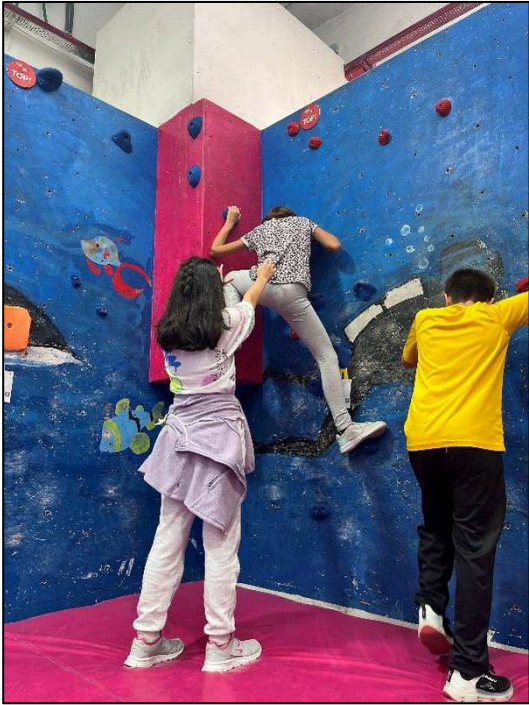
- **Fotografías**













Curso de esquí de descenso en nieves no tratadas, nivología y rescate en avalanchas (nivel I) para el Equipo Femenino de Alpinismo

• Introducción

No hay duda de que el esquí es la manera más eficaz e inteligente de moverse entre las montañas en período invernal y el alpinismo precisa de dicha práctica con solvencia y seguridad, dado que se trata de un terreno abrupto y con nieves no tratadas, como las que encontramos en una estación de esquí. Si además a esto le sumamos el peso de una mochila con material, todavía la necesidad es mayor y por eso desde nuestra Federación y con la ayuda del CSD, queremos insistir en la tecnificación de este importante apartado para las alpinistas del actual Equipo Femenino de Alpinismo.

Link a la noticia: <https://fedme.es/ultima-concentracion-del-ano-del-equipo-femenino-de-alpinismo-fedme-en-el-val-daran/>

• Objetivos

- Mejorar el actual nivel de las integrantes del Equipo Femenino de Alpinismo en esquí de descenso.
- Ampliar el conocimiento del comportamiento de la nieve y trabajar el rescate en aludes.
- Realizar una tecnificación deportiva conducida por profesionales en el entorno del Val d'Aran durante 4 días.
- Dominar la técnica del esquí de montaña para la seguridad, rendimiento y ejecución de las actividades invernales.
- Realizar el curso STA1 del ACNA (Asociación para el Conocimiento de la Nieve y Avalanchas) junto a nivólogos/as profesionales.

• Resumen de la concentración

Para esta última concentración del año celebrada durante los días 16 al 19 de diciembre el Equipo Femenino de Alpinismo se desplazó al Val d'Aran, donde las condiciones de nieve son las mejores en el comienzo del invierno. En un principio estaba estipulada su realización en Benasque, pero debido a la falta de nieve en esta zona se optó por viajar al extremo occidental de los Pirineos Españoles, en la provincia de Lleida.

La concentración dio su pistoletazo de salida posicionando al equipo encima de los esquís. El primer día las alpinistas esquiaron en la estación de Boí Taüll y el segundo día en la estación de

Baqueira-Beret. Durante estas jornadas contaron con Felix Aznar, guía de alta montaña y profesor de esquí, para trabajar la técnica de esquí alpino aplicándolo dentro y fuera de pista.

Los siguientes dos días realizaron el curso de seguridad en terreno de aludes (nivel 1) del ACNA (Asociación para el Conocimiento de Nieve y Aludes) dirigido por Montse Bacardit, nivóloga-predictora de avalanchas. Estos días de formación les aportaron las herramientas y los conocimientos técnicos para circular con seguridad en terreno de aludes, combinando clases teóricas con salidas sobre el terreno.

Esta última concentración del año sobre el terreno nevado les ha facilitado herramientas para afrontar nuevos retos deportivos desde la mejora en la parte técnica del esquí y la parte de seguridad en terreno de aludes.

- **Modalidad y carga horaria**

- 16 al 18 de diciembre: Trabajo de técnica de esquí en pista en las estaciones de Boí Taüll y Baqueira-Beret.
De 9 horas a 17 horas, es decir, durante el horario de apertura de la estación se realizaron 2 sesiones de trabajo. La primera sesión se realizó de 10 a 13 horas y se centró en la mejora de la técnica de descenso en pista atravesando puertas, baches, saltos y virajes en fuertes pendientes.
Por la tarde, y siempre en función de las condiciones meteorológicas se realizó la segunda sesión centrada en el trabajo de fuera pista.
Por último, se incluyó un tiempo para realizar estiramientos en el gimnasio.
- Los últimos dos días se realizó el curso STA nivel 1 que constaba de:
 - Sesiones teóricas: 6h
 - Sesiones prácticas: 6h

- **Contenidos**

- Terreno de aludes y trampas del terreno.
- Trazado de rutas seguras.
- Estratificación de la nieve.
- Condiciones actuales de la nieve y efectos de la meteorología (pronósticos).
- Preparación de una salida y técnicas de reducción del riesgo.
- El factor humano en accidentes por aludes.
- Rescate básico (DVA, pala, sonda y organización).

- **Participantes**

- Equipo Femenino de Alpinismo: Alba de Jorge, Gemma Soriano, Julia Serrat, Maialen Lezeaga y Paula de la Fuente.

- Directora del Equipo Femenino de Alpinismo: Miriam Marco
- Guía de Alta montaña: Felix Aznar
- Nivóloga y predictora de avalanchas: Montse Bacardit

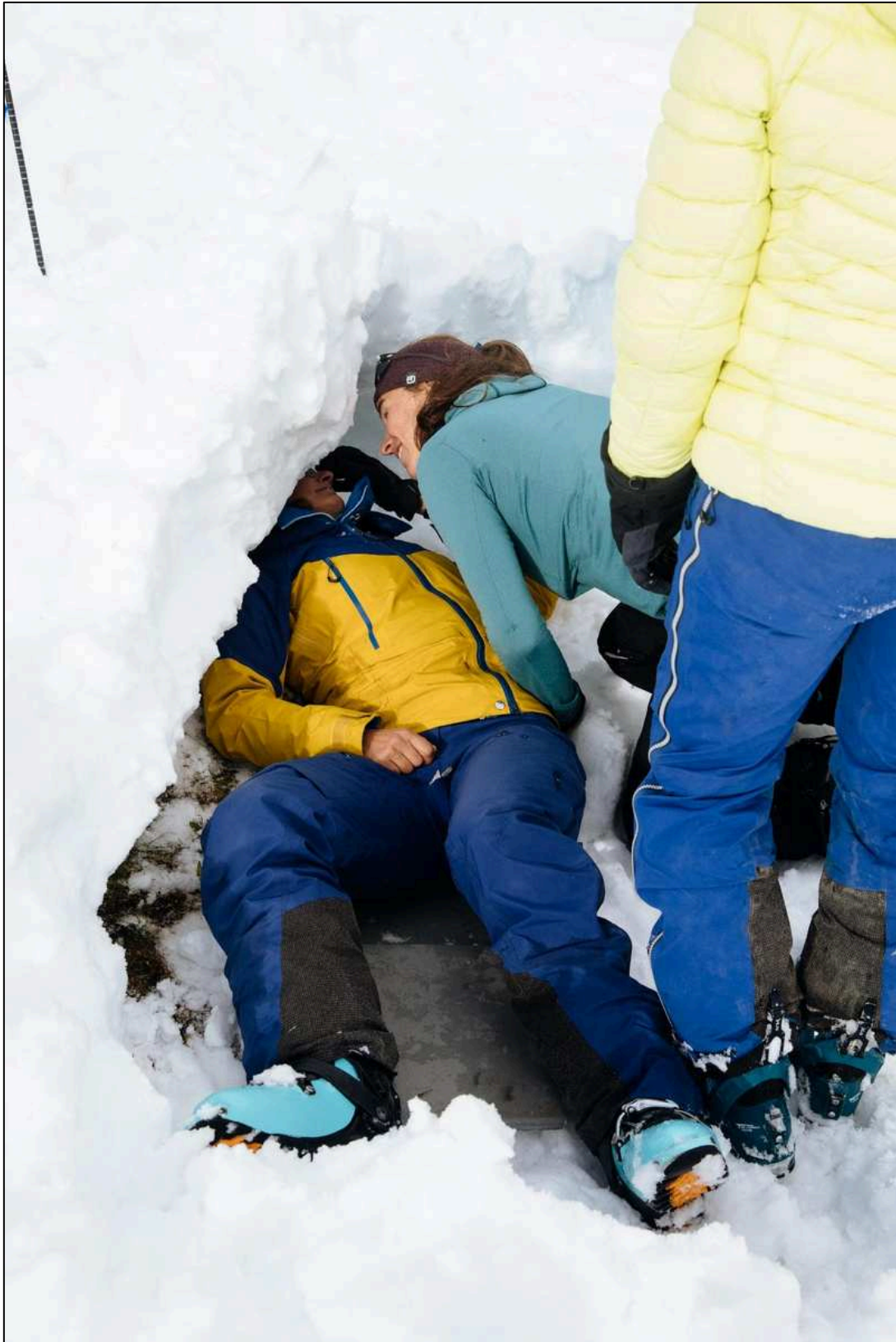
- **Fotografías**











Reportaje audiovisual y fotográfico del I Encuentro Mujer y Montaña

- **Introducción**

Actualmente la FEDME es la segunda federación española en número de licencias federativas femeninas. No obstante, en el grueso del 100% de las fichas federativas, las mujeres ocupan un porcentaje que se aproxima al 32%. Es por eso, que queremos trabajar para potenciar la figura de la mujer en los deportes de montaña y escalada, aprovechando las actividades propuestas para poder hacer material audiovisual para todas ellas con el fin de mejorar su visibilidad y promoción en futuras ocasiones.

Con el objetivo de dar visibilidad a todas estas actividades consideramos necesario realizar coberturas de fotografía y vídeos profesionales que lleguen al mayor número de espectadores posible.

El I Encuentro Mujer y Montaña, es un encuentro pensado por y para mujeres montañeras. Es un evento en el que poder ser nosotras mismas, sin paternalizaciones, en el que encontrar el apoyo de la comunidad montañera de España, en un ambiente de sororidad que incluya talleres y contenidos pensados para la mejora de la técnica, pero también del trabajo en equipo en montaña. Este reportaje pretende poner el foco en la importancia de crear espacios seguros para las mujeres donde poder sentirse empoderadas y puedan encontrar referentes en el sector, así como compañeras de cordada en un deporte ampliamente masculinizado en el que las mujeres suelen tener un papel menor y con menos autonomía.

- **Finalidad de la campaña**

- Visibilizar el encuentro como un evento anual de montañeras FEDME que anima a las mujeres a participar, sin importar su edad, raza, identidad u orientación.
- Mostrar el impacto de estos encuentros en la comunidad femenina de los deportes de montaña, destacando cómo facilitan el acceso al conocimiento y la práctica de la escalada mediante formaciones, talleres y conferencias.
- Reforzar la importancia de los espacios no mixtos, donde las mujeres pueden aprender, compartir y progresar en un ambiente de confianza y sororidad.
- Inspirar a más mujeres a participar en la escalada y otros deportes de montaña, transmitiendo el mensaje de que estos espacios son accesibles para todas.
- Posicionar a la FEDME como una federación inclusiva y comprometida con la promoción de la mujer en los deportes de montaña.
- Generar expectativa para la edición 2026, fomentando la participación y el interés en futuras ediciones del evento.

- **Acciones para llevar a cabo la campaña**

- Cobertura fotográfica y reportaje del evento “I Encuentro Mujer y Montaña” en el que se ponga en valor todo lo anteriormente mencionado más allá de la propia cobertura del evento.
- Publicación del vídeo resumen y las imágenes en los canales y web de la FEDME, así como envío a medios junto con nota de prensa.

- **Fechas**

- Fotografía y grabación: 19, 20 y 21 de septiembre de 2025.
- Edición de vídeo: Finales de septiembre hasta diciembre de 2025.

- **Dirección**

Área de Comunicación FEDME.

- **Equipo de producción y realización**

Se contrató los servicios de una camarógrafa particular con experiencia en montaña y perspectiva de género para garantizar la calidad del reportaje.

- **Distribución**

Los reportajes se han distribuido a través de los canales web de la FEDME y de Mujer y Montaña y de sus redes sociales, se ha cedido a las Federaciones Autonómicas, al CSD y a otros medios colaboradores (LaLigaSports, ADESP, +dpt RTVE, canal Teledeporte... etc).

El Programa Mujer y Deporte, al igual que otros ámbitos de la FEDME, están bajo las directrices del departamento de comunicación de la Federación. La visibilidad de sus acciones se enmarca pues, dentro de todos los canales de difusión que la FEDME posee, Twitter, Facebook, YouTube, Vimeo, web FEDME, web FEDME y web mujer y montaña.

Link al audiovisual del I Encuentro Mujer y Montaña “Las Cainejas” en Youtube:
<https://www.youtube.com/watch?v=wZB0M2BCv3o>

- **Valoración general y propuestas de mejora**

Este reportaje audiovisual sobre el I Encuentro Mujer y Montaña “Las Cainejas” es una pieza de corte institucional y documental que busca no sólo resumir un evento, sino rescatar la memoria histórica del alpinismo femenino español. El vídeo centra el foco en la figura de Teófila Gao Pérez y María Isabel Pérez Pérez para conectar su gesta de 1935 con la comunidad actual dando un sentido de continuidad histórica. La inclusión de voces autorizadas como la de investigadores, familiares y alpinistas actuales como Ana Isabel Martínez de Paz aporta rigor y emoción a esta pieza de justicia histórica. El uso de imágenes de los Picos de Europa y el entorno de Caín y Posada de Valdeón permite mostrar la majestuosidad y transmitir la dureza del escenario donde se gestó la hazaña. Para ser un vídeo de 11 minutos de duración consigue mantener el interés alternando entre el homenaje institucional, la parte técnica (el material antiguo vs el moderno) y el ambiente de sororidad de las jornadas.

Para potenciar futuras ediciones y mejorar la visibilidad de este tipo de proyectos se sugieren las siguientes líneas de actuación:

- Dado que se habla de una ascensión histórica al Naranjo de Bulnes (Picu Urriellu), sería de gran valor incluir una recreación visual o mapa 3D de la ruta que siguieron “Las Cainejas”.
- En las recreaciones o imágenes de recurso, el uso de sonidos ambientales grabados (viento, pasos sobre piedra, tintineo de material) ayudaría a crear una atmósfera más inmersiva.
- Potenciar más el diálogo directo en cámara entre las alpinistas jóvenes de los equipos de tecnificación y las mujeres mayores de Valdeón que conocieron a las protagonistas.
- Proponer desde FEDME al Parque Nacional colocar placas con códigos QR en los miradores de Valdeón que enlacen directamente a este vídeo, convirtiéndolo en un recurso turístico y cultural permanente.

Reportaje audiovisual y fotográfico del curso de esquí de descenso en nieves no tratadas, nivología y rescate en avalanchas (nivel I) para el Equipo Femenino de Alpinismo

- **Introducción**

Actualmente, la FEDME sigue apostando por la promoción de la mujer en los deportes de montaña y escalada, impulsando iniciativas que visibilicen su papel y fomenten su participación. En este contexto, el Equipo Femenino de Alpinismo ha sido un referente clave, demostrando que la formación y la preparación técnica son esenciales para afrontar entornos de alto riesgo en la montaña.

Aprovechando el curso de esquí de descenso en nieves no tratadas, nivología y rescate en avalanchas (nivel I), proponemos la producción de un reportaje que visibilice la historia y evolución del Equipo Femenino de Alpinismo, resaltando su impacto en la montaña y la importancia de la formación técnica para la seguridad y el desarrollo deportivo.

- **Finalidad de la campaña**

- Visibilizar la historia del Equipo Femenino de Alpinismo, destacando su evolución y a sus referentes clave, así como los hitos conseguidos por sus integrantes en los últimos años.
- Homenajear a Amaia, recordando que, incluso con la mejor preparación, la montaña sigue siendo impredecible.
- Reforzar la importancia de la formación en entornos extremos, subrayando que la técnica y el conocimiento son esenciales para minimizar riesgos.
- Mostrar el presente y futuro del equipo, con imágenes actuales de la concentración en nieves no tratadas y declaraciones de sus integrantes.
- Aprovechar material de archivo para conectar el pasado con el presente y reforzar la narrativa del reportaje.
- Posicionar a la FEDME como una federación comprometida con la seguridad, la formación y la visibilización de la mujer en los deportes de montaña.

- **Acciones para llevar a cabo la campaña**

- Cobertura fotográfica y reportaje audiovisual del curso de esquí de descenso en nieves no tratadas, nivología y rescate en avalanchas (nivel I), destacando el valor de la formación y la seguridad.
- Entrevistas con alpinistas actuales y pasadas, resaltando su experiencia en el equipo y su evolución.

- Integración de material de archivo de expediciones icónicas que han marcado la historia del equipo.
- Publicación del vídeo resumen y las imágenes en los canales y web de la FEDME, así como envío a medios junto con nota de prensa.

- **Fechas**

- Fotografía y grabación: 16 al 19 de diciembre de 2025.
- Edición de vídeo: diciembre de 2025.

- **Dirección**

Área de Comunicación FEDME.

- **Equipo de producción y realización**

Se contrataron los servicios de las empresas productoras que habitualmente colaboran con la FEDME para garantizar la calidad del reportaje.

- **Distribución**

Los reportajes se han distribuido a través de los canales web de la FEDME y de Mujer y Montaña y de sus redes sociales, se ha cedido a las Federaciones Autonómicas, al CSD y a otros medios colaboradores (LaLigaSports, ADESP, +dpt RTVE, canal Teledeporte... etc).

El Programa Mujer y Deporte, al igual que otros ámbitos de la FEDME, están bajo las directrices del departamento de comunicación de la Federación. La visibilidad de sus acciones se enmarca pues, dentro de todos los canales de difusión que la FEDME posee, Twitter, Facebook, YouTube, Vimeo, web FEDME, web FEDME y web mujer y montaña.

Link al audiovisual del “Curso de esquí de descenso en nieves no tratadas, nivología y rescate en avalanchas (nivel I) para el Equipo Femenino de Alpinismo” en Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=KNJb2FdQ9qI>

- **Valoración general y propuestas de mejora**

Este reportaje sobre el Equipo Femenino de Alpinismo (EFA) es una pieza fundamental no sólo por su valor deportivo, sino por su peso simbólico. En un entorno históricamente masculinizado, ver a mujeres liderando cordadas en condiciones de frío extremo es, en sí mismo, un mensaje potente. El gran cierto es poner el foco en el proceso de aprendizaje y tecnificación, no solo en el éxito final. Muestra a las deportistas sufriendo el frío, gestionando el miedo y trabajando en equipo, lo cual humaniza la figura de la "superheroína" del alpinismo. La fotografía no intenta "embellecer" la situación. Se nota la ventisca, el hielo duro y la incomodidad. Esa honestidad visual es lo que busca el espectador de montaña actual. El documental construye referentes femeninos reales. No son modelos, son alpinistas de alto nivel, y su discurso es técnico y profesional, huyendo de victimismos.

Para transformar este reportaje de una crónica de equipo a una pieza de cine de montaña inspiradora a nivel global se propone lo siguiente:

- En lugar de hablar del EFA como un bloque, se podrían dedicar breves cápsulas de 30 segundos a cada integrante intercaladas en la acción.
- Usar planos subjetivos durante los pasos más técnicos del corredor o la cascada así el espectador/a siente el vacío y la dificultad técnica, no solo la ve de lejos.
- Superponer líneas sobre la montaña que expliquen por dónde suben y qué grado de dificultad tiene para ayudar al público no experto a entender el mérito de lo que están haciendo.
- En escenas de mucho viento, utilizar subtítulos dinámicos para las comunicaciones por radio o gritos entre cordadas.

Reportaje audiovisual y fotográfico sobre los estereotipos de género en la montaña y cómo abordar su eliminación en edades tempranas a través de proyectos como “Iguales en la montaña”

- **Introducción**

La FEDME sigue apostando por la igualdad de género en los deportes de montaña, y tras el éxito de la primera edición del proyecto "Iguales en la Montaña", queremos continuar con esta iniciativa. La educación en igualdad es fundamental desde las primeras edades, y este proyecto busca inspirar a niños y niñas para que crezcan sin los estereotipos de género que han marcado históricamente el deporte y, en especial, las disciplinas de montaña y escalada.

Este proyecto no solo busca concienciar a los escolares sobre la igualdad de género en el deporte, sino también visibilizar a mujeres que han sido pioneras y referentes en el montañismo y la escalada, como Eurne Pasaban, Mónica Vergé, Josune Bereziartu, Ana León, Silvia Vidal o Sonia Casas. Además, queremos dar especial protagonismo a la expedición internacional exclusivamente femenina que en 2024 recibió una mención especial en el Piolet de Oro, con la española Marta Güemes como capitana y Nadya Rojo como escaladora.

Para dar la mayor difusión posible a "Iguales en la Montaña", consideramos imprescindible la realización de un reportaje audiovisual y fotográfico que documente el proyecto en su segunda edición.

- **Finalidad de la campaña**

- Visibilizar "Iguales en la Montaña" como una iniciativa de la FEDME para educar en igualdad de género desde la infancia a través del deporte.
- Mostrar el impacto positivo de la iniciativa en la comunidad escolar, reflejando el aprendizaje y la inspiración generados entre los niños y niñas participantes.
- Destacar la importancia de generar referentes femeninos en los deportes de montaña y escalada, promoviendo la participación femenina desde edades tempranas.
- Promover la igualdad de oportunidades en el deporte, combatiendo los estereotipos de género.
- Posicionar a la FEDME como una entidad comprometida con la inclusión y la equidad de género en los deportes de montaña.

- **Acciones para llevar a cabo la campaña**

- Cobertura fotográfica y producción de un reportaje que refleje las actividades del Proyecto Iguales en la Montaña.

- Publicación del vídeo resumen y las imágenes en los canales de comunicación y web de la FEDME, así como su difusión en medios de comunicación especializados.

- **Fechas**

- Fotografía y grabación: 9 al 17 de octubre de 2025.
- Edición de vídeo: finales de octubre hasta diciembre de 2025.

- **Dirección**

Área de Comunicación FEDME.

- **Equipo de producción y realización**

Se contrataron los servicios de las empresas productoras que habitualmente colaboran con la FEDME para garantizar la calidad del reportaje.

- **Distribución**

Los reportajes se han distribuido a través de los canales web de la FEDME y de Mujer y Montaña y de sus redes sociales, se ha cedido a las Federaciones Autonómicas, al CSD y a otros medios colaboradores (LaLigaSports, ADESP, +dpt RTVE, canal Teledeporte... etc).

El Programa Mujer y Deporte, al igual que otros ámbitos de la FEDME, están bajo las directrices del departamento de comunicación de la Federación. La visibilidad de sus acciones se enmarca pues, dentro de todos los canales de difusión que la FEDME posee, Twitter, Facebook, YouTube, Vimeo, web FEDME, web FEDME y web mujer y montaña.

Link al audiovisual del “Iguales en la montaña” en YouTube:
<https://www.youtube.com/watch?v=RRofziYIW6E>

- **Valoración general y propuestas de mejora**

El audiovisual del proyecto “Iguales en la Montaña” no es sólo un resumen de actividades, es una declaración de intenciones sobre la democratización de la montaña. El uso de entrevistas directas permite escuchar los testimonios de las deportistas que rompen con los estereotipos de “el alpinista heroico” para demostrar su empoderamiento acercándolo a una realidad humana y accesible. Las imágenes de ayuda mutua (porteos en escalada) refuerzan el concepto de igualdad más allá del discurso teórico. El montaje logra transmitir la idea de comunidad, no vemos individualidades, sino un colectivo que avanza al mismo ritmo. Por último, el entorno natural

actúa como un igualador social, mostrando que la montaña no distingue de géneros si se cuenta con el apoyo adecuado.

Para fortalecer el impacto de este proyecto se podrían implementar una serie de mejoras:

- Para que el impacto emocional sea mayor es útil entender el punto de partida de los participantes, por lo que sería conveniente añadir varios fragmentos donde los y las protagonistas expliquen a qué barreras (físicas o sociales) se enfrentaron antes de participar. Al mostrar el antes (miedo, vergüenza, aislamiento... etc.) frente al después (superación, red de apoyo... etc.), la narrativa de empoderamiento se vuelve mucho más potente.
- Para que el formato sea accesible para todos sería ideal incorporar además de los subtítulos que aparecen un recuadro con Lengua de Signos. También podría crearse una versión con autodescripción para que las personas ciegas puedan apreciar la belleza de los paisajes y los diferentes escenarios en los que se desarrolla el proyecto.

2. Formación

Desde la Escuela Española de Alta Montaña (EEAM), como en años anteriores, centramos la solicitud de petición de becas de matrícula (importes totales o parciales) para todas aquellas asistentes femeninas a los cursos que organizamos desde el órgano docente de la FEDME, la EEAM.

Deseamos con ello contribuir al incremento de participantes femeninas, siempre sensiblemente inferior a la participación masculina, en todos y cada uno de los cursos que organizamos. Gracias al programa Mujer y Deporte, en los últimos años, hemos conseguido incrementar significativamente dicha participación.

Este año 2025, el Programa Mujer y Deporte nos ha permitido entregar becas para las siguientes acciones formativa:

- Curso de Técnicos/as en Áreas Verticales de Actividad Deportiva
- Curso de Técnicas/os de Senderos FEDME

Inicialmente también solicitamos subvención para el Curso de Primeros Auxilios en Zonas Remotas y el Curso de Entrenadores/as Nacionales de Carreras por Montaña, que lamentablemente debimos anular por no llegar al número mínimo de inscripciones.

A continuación, se adjunta la memoria para poner en conocimiento al detalle el desarrollo de cada una de las acciones formativas llevadas a cabo.

Curso de Técnicos/as en Áreas Verticales de Actividad Deportiva

- **Introducción**

En 2021 la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada creó un Manual Técnico de Equipamientos en el Medio Natural. Tanto dicho manual como la formación que le acompaña surgieron de una necesidad de unificar y mejorar todas las ideas, pensamientos, conceptos, normas y leyes que nutren “el mundo del equipamiento”.

Actualmente, la mayoría de los recursos utilizados para realizar un equipamiento han sido desarrollados por el mismo colectivo equipador, que elaboró dicho manual y que desarrolló el curso, basándose en la experimentación individual, con medios propios. Es por ello por lo que, aunque se han generado manuales de equipamiento, el auto aprendizaje ha sido una práctica muy común. Este hecho ha originado una gran diversidad de criterios a la hora de desarrollar y aplicar nuestros propios recursos y, como consecuencia, una diversidad de estilos de equipamiento con resultados y calidades muy diferentes.

Este acto altruista y generoso hacia los demás, que es el equipamiento, lo han asumido parte de los deportistas que han conseguido crear e impulsar las instalaciones que hoy disfrutamos todos y todas y que hoy conocemos como áreas verticales de actividad deportiva (AVAD).

Esta actividad de equipamiento nunca ha estado libre de polémica y controversia, ya que el gran reto al que se debe de enfrentar un equipador/a es el hecho de tratarse de instalaciones en el medio natural, con todo lo que ello supone. Multitud de factores a tener en cuenta como los tipos de roca, la humedad, la corrosión, los materiales y un gran listado de factores determinantes que las convierte en instalaciones cuyo diseño, construcción y mantenimiento requieren conocimientos especializados y pericia en su ejecución.

Sin embargo, no solo son importantes los conocimientos técnicos, pues no se puede olvidar que se debe actuar siempre con respeto y protección al medio ambiente. La complejidad de las regulaciones actuales que afectan a cualquier espacio en el medio natural exige conocer una serie de herramientas básicas para desarrollar la actividad con la máxima seguridad jurídica.

Por todo ello, esta formación permitió la creación de una Lex Artis propia y homogénea en esta práctica, que permitirá trabajar sobre estándares de seguridad y calidad de estas instalaciones. Así como la creación de una base de equipadores/as con un conocimiento transversal sobre la actividad que permitirá seguir desarrollando e investigando sobre la misma, en cualquiera de sus vertientes, y ampliar así el conocimiento existente al respecto.

- **Objetivos del curso**

- Generar perfiles operativos necesarios, remunerados o altruistas, capaces de asumir los retos actuales y futuros para la sostenibilidad medioambiental, económica y en materia de gestión de riesgos de las AVAD.
- Homogeneizar procesos de instalación, gestión e información de los AVAD a nivel estatal. Asumir el esfuerzo del mantenimiento de los AVAD.
- Aportar confianza, física y jurídica, a los usuarios, gestores y promotores de las AVAD.
- Dar valor a la figura del equipador/a y mejorar su propia seguridad mediante la formación en técnicas de Trabajos Verticales.
- Disponer de técnicos/as equipadores y certificadores que puedan desarrollar los trabajos necesarios derivados de las futuras certificaciones emitidas por la FEDME sobre seguridad y calidad de las AVAD.

- **Destinatarios/as**

El curso estaba dirigido a todas aquellas personas con experiencia en equipamiento, que desarrollan su labor como equipadores/as en áreas verticales de actividad deportiva en el medio natural y que quieren seguir formándose en este ámbito.

Los requisitos de acceso para los alumnos fueron:

- Poseer la licencia federativa nacional FEDME 2024 y 2025.
- Ser mayor de edad.
- Tener el graduado escolar o la ESO.
- Acreditar tener experiencia en materia de equipamiento y reequipamiento en áreas verticales de actividad deportiva: mediante curriculum.
- Disponer del material deportivo y los EPIS necesarios para la realización del curso. (*Detallado más adelante).
- Tener conocimientos de informática e internet a nivel usuario.

Desde la EEAM y el comité se decidió que en caso de no llegar al mínimo de experiencia exigida demostrable o no cumplir alguno de los otros requisitos contemplaríamos valorar individualmente el caso, pero no fue necesario. Y si, por el contrario, había más solicitudes que plazas se puntuaría a los candidatos con los siguientes criterios para establecer la lista de admitidos:

Mérito	Puntos
Haber equipado/reequipado: entre 1 y 20 cabeceras de un barranco / entre 1 y 50 vías de escalada deportiva.	5 puntos
Haber equipado/reequipado: entre 20 y 30 cabeceras de un barranco / entre 50 y 100 vías de escalada deportiva.	10 puntos
Haber equipado/reequipado: entre 30 y 40 cabeceras de un barranco / entre 100 y 150 vías de escalada deportiva.	15 puntos
Haber equipado/reequipado: más de 40 cabeceras de un barranco / más de 150 vías de escalada deportiva.	20 puntos
Pertenecer a un comité de equipamientos autonómico	5 puntos
Experiencia como equipador/a para una federación autonómica	3 puntos
Experiencia como equipador/a para un club de montaña	2 puntos
Título de Técnico Deportivo Superior en Escalada o Alta Montaña	3 puntos
Título de Técnico Deportivo en Barrancos, Escalada, Espeleología o Alta Montaña	2 puntos
Certificados de profesionalidad de Guía por barrancos secos y acuáticos o de Guía en espeleología.	2 puntos
Formación en materia de equipamiento impartida por la escuela de una federación autonómica o nacional	2 puntos
Formación en Trabajos Verticales ANETVA o IRATA (se valorará por cada 40 horas de formación)	0.5 puntos por 40 horas

Formación en materia de anclajes (se valorará por cada 10 horas de formación)	0,5 puntos por 10 horas
Formación federativa de monitor voluntario escalada/barrancos	0.5 puntos

- **Contenidos**

- **Módulo 1.** Consideraciones jurídicas del equipamiento. 8 horas teóricas.
- **Módulo 2.** Consideraciones ambientales del equipamiento. 10 horas teóricas.
- **Módulo 3.** Consideraciones laborales de los equipamientos. 8 h. teóricas + 10 h. prácticas
- **Módulo 4.** La física de la caída y el anclaje. 9 horas teóricas.
- **Módulo 5.** Los aceros y la corrosión. 8 horas teóricas.
- **Módulo 6.** Marco normativo de los equipamientos. 8 horas teóricas.
- **Módulo 7.** Dispositivos de anclaje. 8 horas + 5 horas prácticas.
- **Módulo 8.** Procedimientos de instalación según tipos de anclaje. Material para la instalación. 8 h. teóricas + 10 h. prácticas.
- **Módulo 9.** Geología y equipamiento en el medio natural. 10 h. teóricas + 10 h. prácticas.
- **Módulo 10.** Vías ferratas: equipamiento y revisión. 8 horas teóricas + 10 horas prácticas.
- **Módulo Específico.** Especialidad: barrancos. 15 horas prácticas.
- **Módulo Específico.** Especialidad: escalada. 15 horas prácticas.

Las modalidades deportivas que abordamos fueron: escalada y barrancos. Ambas especialidades llevan un módulo común de vías ferratas.

- **Desarrollo**

El curso se distribuyó de la siguiente manera:

BLOQUE	FECHAS	HORAS
Bloque online	Del 9 de diciembre de 2024 al 2 de marzo de 2025	85 horas
Recuperaciones bloque online	Del 10 al 23 de marzo de 2025	-
Bloque presencial	Del 14 al 20 de abril de 2025 *Fecha provisional, se confirmará en el momento de la matrícula.	60 horas

Trabajo fin de curso	Fecha de entrega 30 de mayo de 2025	35 horas
TOTAL		180 horas

Durante el bloque online, los miércoles de 18:30 a 20:30 horas realizamos una sesión online con el docente del módulo correspondiente para resolver dudas y ampliar conocimientos. La asistencia a dichas clases fue obligatoria y únicamente se permitió faltar a 2 de las 10 clases programadas.

Durante la formación presencial, que se llevó a cabo en Alquezar y la asistencia fue obligatoria en su totalidad. El porcentaje de faltas justificadas en este bloque en ningún caso podría ser superior al 15% de las 60 horas presenciales.

La parte on-line se llevó a cabo a través del e-campus, espacio virtual de formación de la Escuela Española de Alta Montaña. La parte teórica del curso se estructuró de forma guiada, teniendo cada módulo su periodo concreto de realización, con apertura y cierre de los módulos estipulada en un cronograma, teniendo en cuenta que la entrega de las tareas de evaluación debía realizarse antes de la fecha de cierre del módulo correspondiente. Por ello el curso exigió una dedicación continua durante los meses de duración del mismo.

- **Alumnado inscrito**

El curso se convocó para un máximo de 24 personas (inicialmente pensadas 12 plazas para la especialidad de barrancos y 12 plazas para la especialidad de escalada) y para un número de matriculados mínimo de 18 personas, que fueron los alumnos que se matricularon finalmente. Se matricularon 3 mujeres y 15 hombres. Pero sólo dos de ellas lograron superarlo.

Lista de alumnado inscrito:

20088540H	MARIO	PISTONI
50322369W	PALOMA	SANCHEZ MENDEZ
50116525P	PABLO	RICO MERINO
13979001S	SERGIO	TORIO CASTAÑEDA
50214629V	JOSE	RODRIGUEZ MORENO
23052256T	GONZALO	TORRE ROBLES
46921948Q	AIDA	CHAOS MORAN

20451866J	MARIA JOSÉ	CARRILLO HEREDIA
45596285G	JAVIER	GARCIA FELICES
44723268K	CARLOS MANUEL	DEL PINO GARCIA
71219923D	ADOLFO	PINÉS LÉRIDA
08878443Y	JOSE JERONIMO	BUENO ESCOBAR
72691954V	EKAITZ	MAIZ URRETABIZKAIA
73122179G	ANDER	ZABALZA GARCÍA
44618370A	IKER	GARCIA CASTELL
33432451L	JOSE LUIS	GIL SAMANES
02648867A	JOSE PABLO	PALACIOS MORENO
34999914D	FCO JOSÉ	CASTIÑEIRAS PÉREZ

El precio del curso fue 850€, y solicitamos el importe de las dos alumnas que han superado el curso.

- **Precio de la matrícula:** 850€
- **Ayuda del programa Mujer y Deporte:** 1.275€
- **Total:** 1.700€ (2 mujeres)

- **Convocatoria del curso remitida al alumnado**

A continuación, adjuntamos la convocatoria del curso remitida al alumnado y publicada en nuestras RRSS:



e-campus eeAm

CURSO DE TÉCNICOS/AS EN ÁREAS VERTICALES DE ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL MEDIO NATURAL (TAVAD) FEDME

PRESENTACIÓN

La Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada creó, en 2021, un Manual Técnico de Equipamientos en el Medio Natural. Tanto dicho manual como la formación que le acompaña surge de una necesidad de mejorar, unificar y mejorar todas las ideas, pensamientos, conceptos, normas y leyes que nutren “el mundo del equipamiento”.

Actualmente, la mayoría de los recursos utilizados para realizar un equipamiento han sido desarrollados por el mismo colectivo equipador basándose en la experimentación individual, con medios propios. Es por ello que, aunque se han generado manuales de equipamiento, el auto aprendizaje ha sido una práctica muy común. Este hecho ha originado una gran diversidad de criterios a la hora de desarrollar y aplicar nuestros propios recursos y, como consecuencia, una diversidad de estilos de equipamiento con resultados y calidades muy diferentes.

Este acto altruista y generoso hacia los demás, que es el equipamiento, lo han asumido parte de los deportistas que han conseguido crear e impulsar las instalaciones que hoy disfrutamos todos y todas y que hoy conocemos como áreas verticales de actividad deportiva (AVAD).

Esta actividad de equipamiento nunca ha estado libre de polémica y controversia, ya que el gran reto al que se debe de enfrentar un equipador/a es el hecho de tratarse de instalaciones en el medio natural, con todo lo que ello supone. Multitud de factores a tener en cuenta como los tipos de roca, la humedad, la corrosión, los materiales y un gran listado de factores determinantes que las convierte en instalaciones cuyo diseño, construcción y mantenimiento requieren

conocimientos especializados y pericia en su ejecución.

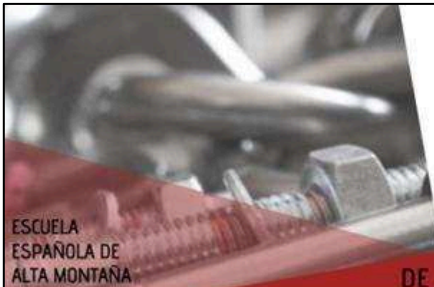
Sin embargo, no solo son importantes los conocimientos técnicos, pues no se puede olvidar que se debe actuar siempre con respeto y protección al medio ambiente. La complejidad de las regulaciones actuales que afectan a cualquier espacio en el medio natural exige conocer una serie de herramientas básicas para desarrollar la actividad con la máxima seguridad jurídica.


Por todo ello, esta formación va a permitir la creación de una Lex Artis propia y homogénea en esta práctica, que permita trabajar sobre estándares de seguridad y calidad de estas instalaciones. Así como la creación de una base de equipadores/as con un conocimiento transversal sobre la actividad que permita seguir desarrollando e investigando sobre la misma, en cualquiera de sus vertientes, y ampliar así el conocimiento existente al respecto.

OBJETIVOS

- Generar perfiles operativos necesarios, remunerados o altruistas, capaces de asumir los retos actuales y futuros para la sostenibilidad medioambiental, económica y en materia de gestión de riesgos de las AVAD.
- Homogeneizar procesos de instalación, gestión e información de los AVAD a nivel estatal. Asumir el esfuerzo del mantenimiento de los AVAD.
- Aportar confianza, física y jurídica, a los usuarios, gestores y promotores de las AVAD.







ESCUELA ESPAÑOLA DE ALTA MONTAÑA

CURSO DE TÉCNICOS/AS EN ÁREAS VERTICALES DE ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL MEDIO NATURAL (TAVAD) FEDME

MODALIDAD Y CARGA HORARIA

Las modalidades son: escalada y barrancos. Ambas especialidades llevan un módulo común de vías ferratas.

BLOQUE	FECHAS	HORAS
Bloque online	Del 9 de diciembre de 2024 al 2 de marzo de 2025	85 horas
Recuperaciones bloque online	Del 10 al 23 de marzo de 2025	-
Bloque presencial	Del 14 al 20 de abril de 2025 <small>*Fecha provisional, se confirmará en el momento de la matrícula.</small>	60 horas
Trabajo fin de curso	Fecha de entrega 30 de mayo de 2025	35 horas
TOTAL		180 horas

Durante el bloque online, los miércoles de 18:30 a 20:30 horas podrá haber una sesión online con el docente del módulo correspondiente para resolver dudas y ampliar conocimientos. La asistencia a dichas clases es obligatoria y únicamente se permitirá faltar a 2 de las 10 clases programadas.

Durante la formación presencial, que se llevará a cabo en Alquezar* la asistencia es obligatoria en su totalidad. El porcentaje de faltas justificadas en este bloque en ningún caso podrá ser superior al 15% de las 60 horas presenciales.


*El lugar del bloque práctico es provisional, se confirmará previamente a la realización de la matrícula.

DEDICACIÓN E IMPLICACIÓN DURANTE EL CURSO

La parte on-line se llevará a cabo a través del e-campus, espacio virtual de formación de la Escuela Española de Alta Montaña. La parte teórica del curso está estructurada de forma guiada, teniendo cada módulo su periodo concreto de realización. De esta manera, en el cronograma se indicará cuándo se abren y cierran los módulos, teniendo en cuenta que la entrega de las tareas de evaluación se debe realizar antes de la fecha de cierre del módulo correspondiente. Por ello el curso exige una dedicación continua durante los meses de duración del mismo.

PLAZAS

Este curso se convoca para un máximo de 24 personas (inicialmente 12 plazas para la especialidad de barrancos y 12 plazas para la especialidad de escalada). Si el número de matriculados no llega a un mínimo de 18 personas, el curso se pospondrá. Para cada modalidad es necesario a su vez que haya un mínimo de 6 personas para poder llevarla a cabo.





ESCUELA
ESPAÑOLA DE
ALTA MONTAÑA

e-campus eeAm

CURSO DE TÉCNICOS/AS EN ÁREAS VERTICALES DE ACTIVIDAD DEPORTIVA EN EL MEDIO NATURAL (TAVAD) FEDME

- Dar valor a la figura del equipador/a y mejorar su propia seguridad mediante la formación en técnicas de Trabajos Verticales.
- Disponer de técnicos/as equipadores y certificadores que puedan desarrollar los trabajos necesarios derivados de las futuras certificaciones emitidas por la FEDME sobre seguridad y calidad de las AVAD.

DESTINATARIOS/AS

El curso está dirigido a todas aquellas personas con experiencia en equipamiento, que actualmente desarrollan su labor como equipadores/as en áreas verticales de actividad deportiva en el medio natural y que quieren seguir formándose en este ámbito.

REQUISITOS PREVIOS DEL ALUMNADO

- A. Poseer la **licencia federativa nacional FEDME 2024 y 2025**.
- B. Ser **mayor de edad**.
- C. Tener el **graduado escolar** o la **ESO**.
- D. Acreditar tener **experiencia en materia de equipamiento** y reequipamiento en áreas verticales de actividad deportiva: mediante curriculum.
- E. Disponer del **material deportivo y los EPIS** necesarios para la realización del curso. (*Detallado más adelante).
- F. Tener **conocimientos de informática e internet** a nivel usuario.

*En caso de no llegar al mínimo de experiencia exigida demostrable o no cumplir alguno de los otros requisitos y estar interesado en acceder a la formación, deberá ponerse

en contacto con la EEAM a través del email que aparece al final de la convocatoria para valorar individualmente el caso.

CONTENIDOS DEL CURSO Y DOCENTES

Módulo 1. Consideraciones jurídicas del equipamiento. 8 horas teóricas.

Módulo 2. Consideraciones ambientales del equipamiento. 10 horas teóricas.

Módulo 3. Consideraciones laborales de los equipamientos. 8 horas teóricas + 10 horas prácticas.

Módulo 4. La física de la caída y el anclaje. 9 horas teóricas.

Módulo 5. Los aceros y la corrosión. 8 horas teóricas.

Módulo 6. Marco normativo de los equipamientos. 8 horas teóricas.

Módulo 7. Dispositivos de anclaje. 8 horas + 5 horas prácticas.

Módulo 8. Procedimientos de instalación según tipos de anclaje. Material para la instalación. 8 horas teóricas + 10 horas prácticas.

Módulo 9. Geología y equipamiento en el medio natural. 10 horas teóricas + 10 horas prácticas.

Módulo 10. Vías ferratas: equipamiento y revisión. 8 horas teóricas + 10 horas prácticas.

Módulo Específico. Especialidad: barrancos. 15 horas prácticas.

Módulo Específico. Especialidad: escalada. 15 horas prácticas.





INSCRIPCIÓN Y PLAZOS DE ADMISIÓN DEL ALUMNADO.

La preinscripción se debe realizar a través de la **APP Paso a Paso FEDME -> Eventos** (descargar en el móvil o visualizar en la web de la FEDME) y permanecerá abierta hasta el **Jueves 31 de octubre** de 2024.

La resolución de personas admitidas provisionales se publicará el **Viernes 1 de noviembre**. Una vez publicado queda abierto un periodo de reclamación que finalizará el **Martes 5 de noviembre a las 14:00 horas**. Esa tarde se publicará el nuevo listado definitivo de admitidos/as y, para aquellas personas que resulten seleccionadas, se abrirá el plazo de matriculación y pago hasta el **Viernes 15 de noviembre**.

IMPORTANTE: En el caso de haber más solicitudes que plazas disponibles, se valorarán de manera sumatoria, los siguientes méritos aportados:

Mérito	Puntos
Haber equipado/reequipado: entre 1 y 20 cabeceras de un barranco / entre 1 y 50 vías de escalada deportiva.	5 puntos
Haber equipado/reequipado: entre 20 y 30 cabeceras de un barranco / entre 50 y 100 vías de escalada deportiva.	10 puntos
Haber equipado/reequipado: entre 30 y 40 cabeceras de un barranco / entre 100 y 150 vías de escalada deportiva.	15 puntos
Haber equipado/reequipado: más de 40 cabeceras de un barranco / más de 150 vías de escalada deportiva.	20 puntos

Pertenecer a un comité de equipamientos autonómico	5 puntos
Experiencia como equipador/a para una federación autonómica	3 puntos
Experiencia como equipador/a para un club de montaña	2 puntos
Título de Técnico Deportivo Superior en Escalada o Alta Montaña	3 puntos
Título de Técnico Deportivo en Barrancos, Escalada, Espeleología o Alta Montaña	2 puntos
Certificados de profesionalidad de Guía por barrancos secos y acuáticos o de Guía en espeleología.	2 puntos
Formación en materia de equipamiento impartida por la escuela de una federación autonómica o nacional	2 puntos
Formación en Trabajos Verticales ANETVA o IRATA (se valorará por cada 40 horas de formación)	0,5 puntos por 40 horas
Formación en materia de anclajes (se valorará por cada 10 horas de formación)	0,5 puntos por 10 horas
Formación federativa de monitor voluntario escalada/barrancos	0,5 puntos

*En caso de que finalizado el plazo de matriculación una persona no haya realizado la mismo, su plaza se ofrecerá por orden de lista de espera.

PRECIO

El precio del curso es de: **850€**

El pago del curso podrá hacerse de una sola vez abonando el 100% del coste en el momento de matriculación, o abonando el 60% en el





momento de matriculación y el otro 40% restante en la primera semana del mes de febrero de 2025.

*La política de cancelación de la inscripción se puede consultar en la página web de la EEAM.

Incluye

- ✓ Acceso al Campus Virtual y a todos los materiales didácticos del curso.
- ✓ Tutorización durante todo el bloque online del curso.
- ✓ Material de uso común para el desarrollo de la parte práctica presencial.

No incluye

- ✗ Desplazamientos, alojamiento y manutención los días de la parte presencial, corren a cargo del alumnado.
- ✗ Gastos derivados de la realización de las prácticas.
- ✗ Material y equipamiento individual. A continuación, se detalla el material requerido a los/as estudiantes para la realización del curso:
 - Arnés de seguridad anticaídas. Conforme UNE-EN 361, 358, 813.
 - Dispositivos anticaídas. Conforme UNE-EN 12841, 353-2. Tipo Asap, Rocker, Goblím....
 - Absorbedor de energía. Conforme UNE-EN 355.
 - Elemento de amarre (cabos de anclaje en Y). Conforme UNE-EN 354.
 - Dispositivo de regulación de cuerda Tipo C. Conforme UNE-EN 12841. Tipo Rig, ID, Sirius.
 - Casco de seguridad. Conforme UNE-EN 397.
 - Dispositivos de regulación de cuerda tipo B. Conforme UNE-EN

12841. Bloqueador de mano tipo puño + Bloqueador ventral tipo croll.

- Pedal o estribo.
- Poleas. 1 Simple o móvil + 1 Autobloqueante.
- Conectores. Conforme UNE-EN 362. 6 mosquetones (asimétricos, simétricos o HMS) + 6 maillones.
- Cuerda semiestáticas tipo A. Conforme UNE-EN 1891. 1 unidad de longitud mínima de 30 metros.
- Protector de cuerdas. 1 unidad.
- Guantes y gafas de protección.
- Petate de transporte y bolsas porta material.
- Maquinaria y herramientas necesarias para la instalación de anclajes.
- Material deportivo para la práctica de la especialidad concreta.

EXPEDICIÓN DE CERTIFICADOS

La EEAM emitirá y expedirá, a todas las personas que hayan superado la formación, el certificado de aprovechamiento del curso.

CONTACTO

secretaria.eeam@fedme.es



- Fotografías representativas de la formación



Curso de Técnicas/os de Senderos FEDME

- **Introducción**

Es común pensar que detrás de un sendero señalizado con las marcas de GR[®], PR[®] y SL[®], solamente hay una persona con un bote de pintura, pero un sendero es mucho más que eso, es algo más complejo, es una instalación deportiva más y, como el resto, se ha de regir por los principios de legalidad, seguridad, calidad y homogeneidad.

Esta formación es la única en España que reflexiona sobre el entorno en el que se ha de desarrollar una implantación de una señalización para posibilitar el uso deportivo en el medio natural. Se abordan cuestiones como la búsqueda de caminos de titularidad pública, qué permisos se tienen que obtener, técnicas para pintar, qué información se debe recabar de un sendero, el uso del GPS para el trabajo, la interpretación de los elementos en el entorno del sendero, las estrategias de divulgación, la implicación en el desarrollo sostenible del medio rural, cómo se implanta la señalización, etc.

Así, desde la Escuela Española de Alta Montaña hemos programado una nueva edición de esta formación para continuar el buen trabajo que se está llevando a cabo en relación con la creación de una red de senderos por toda España y que está siendo realizada por los/as Técnicos/as ya formados. De esta manera, queremos promover la formación de nuevas personas dedicadas a esta labor y así poder mejorar y ampliar los senderos existentes en todo el país, los mismos que, una vez creados o recuperados, disfrutan una gran cantidad de usuarios.

- **Objetivos**

- Formar técnicos/as que vayan a trabajar para las federaciones autonómicas de montañismo. *El ámbito primero de dicho trabajo es llevar a cabo el proceso de homologación de itinerarios que usan las marcas federativas de GR[®], PR[®] y SL[®] en propuestas de entes externos.
- Colaborar y asesorar a las federaciones autonómicas y clubes en el desarrollo de cuestiones relativas a los senderos. *Los contenidos de esta formación también son de interés para los agentes institucionales que han de gestionar la implantación de redes de senderos, bien directamente o bien a través de subvenciones a entes terceros. Y también para las empresas que deseen llevar a cabo trabajos de implantación de señalización con las marcas de GR[®], PR[®] y SL[®] en el medio natural.

- **Destinatarios**

Personas con licencia federativa nacional FEDME 2025 con inquietud por obtener el título de Técnico/a de Senderos FEDME y por participar en el desarrollo de nuestras redes de senderos.

Requisitos del alumnado:

- Poseer la licencia federativa nacional FEDME 2025.
- Ser mayor de edad.
- Tener el título de Bachillerato o equivalente.
- Tener conocimientos de cartografía y orientación a nivel montañero.
- Tener conocimientos de informática a nivel usuario.
- Tener conocimiento de uso de GPS y programas asociados a nivel usuario

- **Contenidos**

Los contenidos del curso se agruparon en 12 módulos:

Mód. 1. Introducción general e historia del senderismo.

Mód. 2. Conceptos y cuestiones generales sobre los senderos.

Mód. 3. La práctica deportiva.

Mód. 4. Legislación y jurisprudencia.

Mód. 5. GPS y adecuación de tracks.

Mód. 6. El proyecto de senderos.

Mód. 7. La implantación de un proyecto de senderos.

Mód. 8. El papel del Técnico de Senderos.

Mód. 9. La interpretación.

Mód. 10. La divulgación.

Mód. 11. Cuestiones medioambientales de la implantación de senderos.

Mód. 12. Impacto socioeconómico del senderismo.

- **Desarrollo**

Esta formación tuvo una duración de 178 horas distribuidas de la siguiente manera:

- Contenidos teóricos online (116 horas) llevados a cabo en la plataforma de enseñanza Moodle de la EEAM del 27 de enero al 10 de junio de 2025.
- Contenidos prácticos presenciales (12 horas) realizados en la provincia de Jaén (Cazorla) los días 28 y 29 de junio de 2025.
- Prácticas tutorizadas (50 horas) realizadas de manera autónoma por los estudiantes entre los meses de julio y diciembre de 2025.

El cuadro de profesores estuvo configurado por los mejores expertos en la especialidad de Senderos y Senderismo de la FEDME. Se detalla a continuación:

- Domingo Fernández Jaraiz: Dirección Técnica de Senderos FEDME
- Antonio Turmo Arnal: Técnico de Senderos FEDME y exdirección Técnica de Senderismo FEDME.
- Juan José López Rosa: Responsable del Área de Senderismo y Senderos de la FEDME y Coordinador General del Proyecto “Gran Senda de Málaga”
- Francisco Jiménez Richarte: Miembro del Comité Técnico de Senderos de la FEDME y Coordinador de la Oficina Técnica de la Federación Andaluza de Montañismo
- Sergio Villota Valverde: Técnico de Senderos FEDME
- Vicente Zapata: Técnico de Senderos FEDME
- María del Mar Carrascal Alderete: Vocal de Senderismo y Senderos de la FEXME

El objetivo primordial del curso fue formar técnicos/as que vayan a trabajar para las federaciones autonómicas de montañismo. El ámbito primero de dicho trabajo es llevar a cabo el proceso de homologación de itinerarios que usan las marcas federativas de GR[®], PR[®] y SL[®] en propuestas de entes externos. Y, en segundo lugar, colaborar y asesorar a las federaciones autonómicas y clubes en el desarrollo de cuestiones relativas a los senderos.

Los contenidos de esta formación también son de interés para los agentes institucionales que han de gestionar la implantación de redes de senderos, bien directamente o bien a través de subvenciones a entes terceros. Y también para las empresas que deseen llevar a cabo trabajos de implantación de señalización con las marcas de GR[®], PR[®] y SL[®] en el medio natural.

El curso se desarrolló sin ningún contratiempo y acorde a la programación de este, pudiéndose llevar a cabo todas las acciones programadas en tiempo y forma.

- **Alumnado**


Para poder acceder al curso se realizó en un primer momento un proceso de selección en el que los candidatos/as interesadas enviaron la documentación requerida y los méritos individuales, pues las plazas se asignaron por baremación de puntos y no por orden de inscripción. En total se recibieron 45 solicitudes, por lo que las 25 plazas ofertadas fueron cubiertas.

Así, en esta edición del curso participaron un total de 26 estudiantes (5 mujeres y 21 hombres) procedentes de diferentes federaciones autonómicas que ya están desarrollando, a diferentes ritmos, pero con muy buen criterio, diferentes actividades relacionadas con la homologación en materia de senderos para la práctica del senderismo.

Nombre	Apellidos	DNI
ALBERTO	AGUADO CHACON	46938246F
JOSE	ARREGUI IBORRA	44639281F
OXEL	ARRIETA BALANZATEGI	15397862Y
JHACKSON	COLMENARES	Y5886496M
PEDRO	CONSUEGRA VIVO	75115731P
AITZOL	DOYHARZABAL ITURRALDE	72490443D
ALEJANDRO	FERNANDEZ GARCIA	44389930E
ANA ISABEL	FERNANDEZ ROLL	11815703M
MARIANO	FLORES GARCIA	03846525M
RAQUEL	GARCIA DORREGO	02278110Y
JESUS RAMON	GARCIA FERNANDEZ	76145338C
RUBEN	GARCIA ORTOLA	45803837G
JORGE	LANDETE SANCHEZ	02215121Z
PABLO	LUQUE VALLE	30817297B
JOSÉ CARLOS	MAJANO MEGIAS	04203343R
ADRIAN	NOBLEJAS ARNALDOS	49214183W
MAIDER	OTEGI IRIARTE	72674545L
CAROLINA JESSICA	PERRONE	X4600527K
ROBERTO	RUBIO OCHOA	72787597A
FRAN	SALGUEIRO	77006711C
TELMO	SANCHEZ MARTINEZ	43169233G
MIGUEL ANGEL	TERUEL PENALVA	14630972M
ANTONIO	TURRION RIERA	43031842S
MARIA DEL PILAR	VAZQUEZ FARIÑA	36143531C
CARLOS	VIAÑO LISTE	44815557B
VICTOR MANUEL	ZAFRA TORRECILLAS	26236268F

De los 26 alumnos, solo 20 (las 5 mujeres matriculadas y 15 de los hombres) finalizaron satisfactoriamente la formación (bloque online y práctico) y obtuvieron su certificado correspondiente de aprovechamiento del curso.

- **Precio de la matrícula:** 630€
- **Ayuda del programa Mujer y Deporte:** 1.575€
- **Total:** 3.150€ (5 mujeres)
- **Convocatoria del curso remitida al alumnado**



ESCUELA ESPAÑOLA DE ALTA MONTAÑA

e-campus

CURSO DE TÉCNICOS/AS DE SENDEROS FEDME

INTRODUCCIÓN

Es común pensar que detrás de un sendero señalizado con las marcas de GR®, PR® y SL®, solamente hay una persona con un bote de pintura, pero un sendero es mucho más que eso, es algo más complejo, es una instalación deportiva más y, como el resto, se ha de regir por los principios de legalidad, seguridad, calidad y homogeneidad.

Esta formación es la única en España que reflexiona sobre el entorno en el que se ha de desarrollar una implantación de una señalización para posibilitar el uso deportivo en el medio natural. Se abordan cuestiones como la búsqueda de caminos de titularidad pública, qué permisos se tienen que obtener, técnicas para pintar, qué información se debe recabar de un sendero, el uso del GPS para el trabajo, la interpretación de los elementos en el entorno del sendero, las estrategias de divulgación, la implicación en el desarrollo sostenible del medio rural, cómo se implanta la señalización, etc. Un itinerario formativo que culmina con un título FEDME.

OBJETIVOS

El curso tiene como objetivo primordial formar técnicos/as que vayan a trabajar para las federaciones autonómicas de montañismo. El ámbito primero de dicho trabajo es llevar a cabo el proceso de homologación de itinerarios que usan las marcas federativas de GR®, PR® y SL® en propuestas de entes externos. Y, en segundo lugar, colaborar y asesorar a las federaciones

autonómicas y clubes en el desarrollo de cuestiones relativas a los senderos.

Los contenidos de esta formación también son de interés para los agentes institucionales que han de gestionar la implantación de redes de senderos, bien directamente o bien a través de subvenciones a entes terceros. Y también para las empresas que deseen llevar a cabo trabajos de implantación de señalización con las marcas de GR®, PR® y SL® en el medio natural.

PERSONAS DESTINATARIAS DEL CURSO


Toda aquella persona federada con inquietud por convertirse en Técnico/a de Senderos FEDME y por participar en el desarrollo de nuestras redes de senderos.


REQUISITOS DEL ALUMNADO

- Licencia nacional FEDME del año 2025
- Ser mayor de edad
- Estar en posesión del título de Bachillerato o equivalente.
- Tener conocimientos de cartografía y orientación a nivel montañero
- Tener conocimientos de informática a nivel usuario
- Tener conocimiento de uso de GPS y programas asociados a nivel usuario

METODOLOGÍA

Este curso tiene tres bloques muy diferenciados dentro de su calendario lectivo: Contenidos teóricos, fin de semana presencial y prácticas tutorizadas.





ESCUELA ESPAÑOLA DE ALTA MONTAÑA

e-campus eeAm

CURSO DE TÉCNICOS/AS DE SENDEROS FEDME

La **parte teórica** se llevará a cabo a través del e-campus, espacio virtual de formación de la Escuela Española de Alta Montaña. Este permite aprender desde donde quieras y con la máxima flexibilidad horaria; pero a la vez, exigiendo la dedicación e implicación que supone un curso de una duración superior a seis meses más un periodo de prácticas. La parte online del curso está estructurada de forma guiada, por lo que cada módulo tiene su periodo concreto de realización. De esta manera, en el cronograma se indicará cuándo se abren y cierran los módulos, teniendo en cuenta que la entrega de las tareas se debe realizar antes de la fecha de cierre del módulo correspondiente.

Las **sesiones presenciales** se concentran en un único fin de semana, donde se trabajarán con el alumnado los aspectos más prácticos del desempeño del Técnico de Senderos: señalización de senderos, detección de puntos de conflicto, valoración de marcas en un sendero balizado, etc.

Por último, una vez superados todos y cada uno de los módulos de la fase inicial se planteará al alumnado unas **prácticas tuteladas** por un Técnico de Senderos FEDME, designado por la Dirección del Curso, a realizar antes del 5 de diciembre de 2024.

Las prácticas consistirán en:

- 1.- Elaboración de un informe de valoración de un sendero ya señalizado, de unos 10-15 km.
- 2.- Elaboración de un proyecto básico para la señalización de un sendero con las marcas

federativas de GR®, PR® o SL®, a elección del alumno, de unos 10-15 km.

Para la **obtención de la certificación** se deberá, en primer lugar, superar de forma satisfactoria la fase teórica, para la cual habrá dos convocatorias por módulo, y una prueba de suficiencia final. Y tras esto, superar la fase de prácticas.


CONTENIDOS DEL CURSO

Mód. 1. Introducción general e historia del senderismo. 6 horas.
Mód. 2. Conceptos y cuestiones generales sobre los senderos. 8 horas.
Mód. 3. La práctica deportiva. 5 horas.
Mód. 4. Legislación y jurisprudencia. 10 horas.
Mód. 5. GPS y adecuación de tracks. 15 horas.
Mód. 6. El proyecto de senderos. 30 horas.
Mód. 7. La implantación de un proyecto de senderos. 8 horas.
Mód. 8. El papel del Técnico de Senderos. 6 horas.
Mód. 9. La interpretación. 8 horas.
Mód. 10. La divulgación. 6 horas.
Mód. 11. Cuestiones medioambientales de la implantación de senderos. 8 horas.
Mód. 12. Impacto socioeconómico del senderismo. 6 horas.

*Las horas de dedicación de cada módulo son una estimación, pues dependerán de cada estudiante.

EQUIPO DOCENTE

Domingo Fernández Jaraiz
Dirección Técnica de Senderos de la FEDME.







CURSO DE TÉCNICOS/AS DE SENDEROS FEDME

Antonio Turmo Arnal
Técnico de Senderos FEDME y Exdirección Técnica de Senderismo FEDME

Juan José López Rosa
Responsable del Área de Senderismo y Senderos de la FEDME y Coordinador General del Proyecto "Gran Senda de Málaga".

María del Mar Carrascal Alderete
Vocal de Senderismo y Senderos de la FEXME

Francisco Jiménez Richarte
Miembro del Comité Técnico de Senderos de la FEDME y Coordinador de la Oficina Técnica de la Federación Andaluza de Montañismo

José María Nasarre
Vicepresidente de la FEDME

Sergio Villota Valverde
Técnico de Senderos FEDME

Vicente Zapata
Técnico de Senderos FEDME

PLAZAS CONVOCADAS

Este curso se convoca para un máximo de 25 plazas. Si el número de personas matriculadas no llega a un mínimo de 20 el curso se pospondrá.

INSCRIPCIÓN Y PLAZOS

La pre-inscripción se debe realizar a través de la **APP Paso a Paso FEDME** -> **Eventos** y permanecerá abierta hasta el 10 de enero de 2024 a las 14:00 horas.

IMPORTANTE: En el caso de haber más solicitudes que plazas se valorarán, de manera sumatoria, los siguientes méritos aportados:

- Colaboración acreditada, en materia de senderos homologados, con el Comité de Senderos de alguna federación autonómica de montaña (5 puntos)
- Colaboración acreditada con clubes federados FEDME en materia de senderos homologados (2 puntos)
- Realización de formación federativa vinculada a los senderos (2 puntos)
- Intervención en proyectos de empresas o instituciones vinculadas con el diseño, ejecución o mantenimiento de senderos homologados, mediante certificados de empresa por estos trabajos (2 puntos)


* En caso de empate se valorarán otros méritos:

- Antigüedad de la licencia nacional FEDME (0,5 puntos de 0 a 3 años, 1 punto de 4 a 7 años y 1,5 puntos de 8 a 10 años y 2 puntos más de 10 años)
- Otras titulaciones relacionadas con el senderismo (0,5 puntos por cada formación).

CARGA HORARIA DEL CURSO

BLOQUE	FECHAS	HORAS	MODALIDAD
Contenidos teóricos	27 de enero - 1 de junio de 2025	116h	Online
Recuperaciones	Del 2 al 10 de junio de 2025	-	Online
Fin de semana presencial	28 y 29 de junio de 2025	12h	Presencial (Cazorla)*
Prácticas tutorizadas	Entrega 5 de diciembre de 2025	50h	Online





ESCUELA ESPAÑOLA DE ALTA MONTAÑA

e-campus eeAm

CURSO DE TÉCNICOS/AS DE SENDEROS FEDME

Los méritos deberán ser aportados todos en un único documento en formato PDF que no supere los 50Mb y ser enviado a través del formulario de inscripción de la App. (Existen plataformas online que convierten documentos a PDF, unen diversos documentos y los comprimen).

La **resolución de personas admitidas provisionales** se publicará el 10 de enero de 2024. Una vez publicado el listado se abrirá el periodo de reclamación que finalizará el 15 de enero de 2024 a las 14:00 horas.

El 15 de enero de 2024 se publicará el nuevo **listado definitivo de admitidos/as** y, para aquellas personas que resulten seleccionadas, se abrirá el plazo de pago. Este trámite, que concluye el **periodo de matriculación**, se deberá efectuar entre el 15 y el 20 de enero de 2024.

En caso de que una vez finalizado el periodo de matrícula quedase alguna plaza libre, esta se ofrecerá por orden de lista de espera.

PRECIO

El precio total del curso es de **630€**

Incluye:

- Acceso al Campus Virtual y a todos los materiales del curso.
- Materiales para la realización de las sesiones presenciales

No incluye:

- * Desplazamientos, alojamiento y manutención los días de formación presencial, que correrán a cargo de los participantes.
- * Gastos derivados de la realización de las prácticas.


*La política de cancelación de la inscripción se puede consultar en la página web de la EEAM.

EXPEDICIÓN DE CERTIFICADOS

La EEAM emitirá y expedirá, a todas las personas que hayan superado la formación, el certificado de aprovechamiento del curso.

CONTACTO

Para resolver cualquier duda sobre el curso, se puede poner en contacto a través de correo electrónico:
secretaria.eeam@fedme.es



3. Ayudas a desplazamientos de mujeres técnicas, juezas y personal federativo

Ayudas para desplazamientos y asistencia a competiciones deportivas por parte de técnicas y juezas de carácter internacional, que supongan un avance en su trayectoria profesional

- **Introducción**

En la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada existe el Comité de Árbitros y Árbitras de los distintos deportes de competición (Esquí de Montaña, Escalada, Carreras por Montaña, Barranquismo, Raquetas de Nieve, y Marcha Nórdica) que elige a los árbitros/as necesarias para gestionar bien las distintas pruebas competitivas de Copa y Campeonatos de España de los distintos deportes. En muchas ocasiones el criterio de elección árbitros/as es la proximidad al lugar de la prueba para optimizar los recursos económicos de la FEDME, igualmente se pretende que nuestras competiciones tengan un reparto geográfico determinado para estar presentes en todo el territorio, aunque no siempre se consigue de una manera uniforme en todos los deportes. En esta ocasión el programa Mujer y Deporte del Consejo Superior de Deportes nos puede ayudar a facilitar esa presencia femenina en competición más equilibrada y mejor y a su vez, con ese ejemplo, animar al género femenino a que se forme en ese ámbito a través de su Federación Autónoma para con posterioridad poder obtener la titulación nacional FEDME para las pruebas de ámbito estatal a las que hacemos referencia. En esta primera ocasión presentaríamos los deportes que suelen tener más participación femenina que son la Escalada, Paraescalada y Carreras por Montaña y hemos escogido los Campeonatos y Copas de España, como pruebas más destacables y notables dentro de nuestra temporada.

- **Objetivos**

Objetivo general:

- Tener mayor presencia femenina en el arbitraje de las pruebas oficiales FEDME.

Objetivos específicos:

- Equilibrar la presencia de profesionales hombres y mujeres en la presidencia del Jurado y árbitros/as de clasificaciones y vías.
- Participar en las jornadas de formación continuada, así como en la dirección del colectivo arbitral de escalada.

- **Desarrollo**

Las árbitras convocadas para cada prueba se encargaron de la gestión y arbitraje de las competiciones de las especialidades deportivas competitivas (escalada, paraescalada y carreras por montaña) desde el comienzo hasta el final de cada prueba. Entre sus funciones destacan garantizar el cumplimiento del reglamento y asegurar la equidad y seguridad de los y las deportistas.

Árbitras de Escalada (Dificultad, bloque y velocidad)

Su labor es muy técnica y requiere una observación constante de los movimientos y el uso del material.

- **Control de Material y Seguridad:** Verificar que los arneses, cuerdas y sistemas de aseguramiento cumplen la normativa UIAA.
- **Supervisión de la "Zona de Aislamiento":** Asegurar que los escaladores no reciban información externa ni vean a otros competir antes de su turno (en modalidades que lo requieran).
- **Validación de "Tops" y Zonas:** Determinar si una presa ha sido controlada correctamente o si el escalador ha tocado el pulsador de llegada en el tiempo exacto.
- **Gestión de Incidentes Técnicos:** Decidir si una presa se ha movido o si un aseguramiento defectuoso justifica que el deportista repita su intento (*re-climb*).

Árbitras de Paraescalada

Además de las funciones de escalada convencional, estas árbitras deben tener una sensibilidad y formación específica en discapacidad.

- **Verificación de la Clasificación:** Asegurar que el deportista compite en la categoría que le corresponde según su grado de discapacidad funcional o visual.
- **Supervisión de Adaptaciones:** Controlar que las ayudas técnicas (prótesis, vendajes especiales o el uso de la barra de dirección en personas ciegas) cumplen con el reglamento y no otorgan una ventaja mecánica indebida.
- **Coordinación con los Guías/Aseguradores:** En el caso de discapacidad visual, supervisar que el guía proporciona instrucciones auditivas dentro de los límites permitidos por la normativa.
- **Garantía de Equidad:** Velar por que el diseño de la vía sea compatible con las limitaciones de la categoría para evitar situaciones de peligro.

Árbitras de Carreras por Montaña

Su función es más logística y de vigilancia en entornos naturales extensos y dinámicos.

- Control de Material Obligatorio: Realizar inspecciones (a veces por sorpresa) de las mochilas para asegurar que llevan manta térmica, silbato, agua y cortavientos.
- Vigilancia del Recorrido: Asegurar que los corredores no recorten camino (*atendiendo al balizamiento*) y que no reciban ayuda externa fuera de los puntos de avituallamiento permitidos.
- Control de Tiempos y Cortes: Gestionar el cumplimiento de los tiempos de paso en los puntos de control para garantizar la seguridad de los corredores rezagados.
- Protección del Entorno: Sancionar conductas antideportivas relacionadas con el medio ambiente, como tirar geles, plásticos o salirse del sendero marcado.

- **Modalidades, lugares y fechas**

Escalada

- **Campeonato de España de Escalada Dificultad**
Sant Martí de Tous - 31 mayo a 1 junio 2025 (3 árbitras)
- **Campeonato de España de Escalada Bloque y Velocidad**
Madrid – 5 al 7 septiembre 2025 (3 árbitras)
- **Campeonato de España Universitario Bloque y Dificultad UNED**
Alcorcón – 21 al 23 de mayo de 2025 (2 árbitras)
- **Campeonato de España de Selecciones Autonómicas en Edad Escolar**
Centro Tecnificación Deportiva Ciudad de Cáceres (Extremadura) – 4 al 6 de julio de 2025 (2 árbitras)
- **Copa de España de dificultad**
 - 1ª prueba, Sant Martí de Tous – 31 mayo a 1 junio 2025 (2 árbitras)
 - 2ª prueba, Getafe – 4 al 5 octubre 2025 (2 árbitras)
 - 3ª prueba, Vilanova i La Geltrú – 18 al 19 octubre 2025 (2 árbitras)
- **Copa de España de Bloque y Velocidad**
 - 1ª prueba, Madrid – 5 al 7 septiembre 2025 (2 árbitras)
 - 2ª prueba, Málaga – 20 al 21 septiembre 2025 (2 árbitras)
 - 3ª prueba, Cantabria – 25 y 26 octubre 2025 (2 árbitras)

Total = 22 árbitras

Paraescalada

- **Campeonato de España de Paraescalada**
Mallorca – 7 junio 2025 (*2 árbitras)
- **Copa de España de Paraescalada**
 - 1ª prueba, Madrid – 12 abril 2025 (2 árbitras)
 - 2ª prueba, Barcelona – 26 abril 2025 (2 árbitras)
 - 3ª prueba, Mallorca – 7 junio 2025 (*2 árbitras)

Total = 6 árbitras

Carreras por Montaña

- **Campeonato de España de Snowrunning Individual y por Selecciones Autonómicas**
Larra Belagua (Navarra) – 18 enero de 2025 (1 árbitra)
- **Campeonato de España Ultra individual y SSAA. Ultra Trail Bosques del Sur**
Cazorla (Jaén) – 31 mayo de 2025 (1 árbitra)
- **Campeonato de España de KV individual y SSAA. KV de Collarada**
Villanúa (Huesca) – 15 junio de 2025 (1 árbitra)
- **Campeonato de España Ultra de clubes. Gomera Paradise Trail**
La Gomera (Islas Canarias) – 20 septiembre de 2025 (1 árbitra)
- **Copa de España en Línea**
 - 1ª prueba de la Copa de España en Línea + 1ª prueba de las SNS. Peñón Xtreme Pruna/Algámitas (Sevilla) – 27 abril de 2025 (1 árbitra)
 - 2ª prueba de la Copa de España en Línea + Campeonato de España en Línea individual y SSAA + Campeonato y 2ª prueba de las SNS Chandrexa Trail Desafío Antillas Chandrexa de Queixa (Ourense) – 18 mayo de 2025 (1 árbitra)
 - 3ª prueba de la Copa de España en Línea + Campeonato de España en Línea de clubes + 3ª prueba de las SNS CxM Tajo Negro Ojén (Málaga) – 27 de septiembre 2025 (1 árbitra)
 - Final de la Copa de España en Línea + Final de las SNS. Abeduriu Trail Race El Entrego (Asturias) – 11 octubre de 2025 (1 árbitra)

Total = 8 árbitras

Ayuda para la asistencia de mujeres a comités ejecutivos de las Federaciones Internacionales u otras reuniones consideradas de relevancia por el CSD

Representación en la Training Commission de la Federación Internacional de Alpinismo

- **Introducción**

La Federación Internacional de Alpinismo (UIAA) fue fundada en 1932 y, a partir de su Asamblea General de 2024, tiene presencia global en seis continentes representando a 94 asociaciones y federaciones miembros en 73 países. En materia de formación, se creó, en 1990, la Training Commission para comenzar a acreditar programas de formación y que, mediante la etiqueta UIAA en la calificación de una organización de montañismo para líderes y/o instructores, se avale que es sólida y adecuada para el propósito. Actualmente tiene estándares para ocho categorías de programas de formación para líderes e instructores: senderismo de verano, senderismo de invierno, escalada deportiva, escalada tradicional, escalada en hielo, barranquismo, montañismo y esquí de montaña. Así, la finalidad y el trabajo de la Training Commission se centra en promover la concienciación sobre la seguridad, las buenas prácticas y la evolución de la formación de calidad para el montañismo y la escalada. Esta ofrece colaboración a todas las partes interesadas que buscan y apoyan la formación de líderes e instructores en actividades de montañismo, y ofrece, a su vez, un acuerdo a todos los socios que deseen ser acreditados por la UIAA como Titulares de Etiquetas de Cualificaciones de Montaña. Este modelo de cooperación incluye el intercambio de información, la transferencia de conocimientos y la cooperación general en actividades de normalización.

- **Objetivos**

Objetivo general:

- Tener representación en una de las comisiones más importantes y con más acción dentro del seno de la Federación Internacional de Alpinismo (UIAA), Federación internacionalmente reconocida por el COI.

Objetivos específicos:

- Tener participación en los diseños curriculares de las figuras de instructores en la formación de técnicos y deportistas.
- Procurar una homogeneidad en las formaciones de los distintos países involucrados, especialmente los vecinos y europeos.
- Posibilitar la colaboración con Latino América para el desarrollo y la potenciación de dichas figuras docentes.

- Generar talleres prácticos de maniobras de auto rescate (pared, glaciador... etc.), actualización de las técnicas más básicas para que se asuman desde todos los países por igual, puesta en común.
- Elaborar un calendario de compromisos académicos entre los países asistentes.

*Este año la UIAA (Unión Internacional de Asociaciones de Alpinismo) decidió suspender su reunión anual que estaba prevista para los días 18 y 19 de octubre de 2025 en Macedonia por lo que Laura Martín Talavera, miembro de la comisión y secretaria técnica de la Escuela Española de Alta Montaña de la FEDME no pudo asistir.

Representación en el Council Europeo de la Federación Internacional de Esquí de Montaña ISMF

- **Introducción**

Los Campeonatos del Mundo ISMF se celebraron en Morgins (Suiza) los días 1 al 8 de marzo de 2025. Este evento se vuelve esencial en la clasificación de atletas para los JJOO. Nuestra representante, Claudia Valero de la Flor asistió a varias reuniones con los demás cargos de la ISMF para el futuro desarrollo de las actividades del Council Europeo y la creación de una posible Copa de Europa.

- **Objetivos**

- Tener representación en el Council Europeo del esquí de montaña. *Se trata de una Federación Olímpica que debe gestionar y desarrollar su permanencia en los programas olímpicos futuros.
- Coordinación con distintas áreas de la ISMF para la convergencia de reglamentos, formatos de competición, cuotas de participación, organizadores, rankings, WADA y multitud de aspectos que deben aprobarse siguiendo las directrices del COI.
- Introducción de la sostenibilidad, la igualdad, la universalidad y el desarrollo del esquí de montaña a nivel mundial para asegurar un futuro olímpico longevo, en coordinación con las directrices del COI.

- **Desarrollo**

Miércoles 5 marzo

Llegada a Morgins (Suiza) y participación en una reunión con varios miembros de la oficina de presidencia de la ISMF, en la que se abordaron diferentes cuestiones relacionadas con el funcionamiento y la organización del Council Europeo, así como aspectos estratégicos de su actividad futura.

Jueves 6 marzo

Asistencia a la prueba de Sprint con plazas de asignación directa para los Juegos Olímpicos y presencia activa en el campo de juego, lo que permitió analizar en primera persona el desarrollo de la competición. De esta manera se pudo debatir con árbitros y oficiales de la ISMF cuestiones técnicas y organizativas para garantizar que las futuras pruebas de los Campeonatos Europeos mantengan los estándares habituales de calidad y exigencia. Durante la jornada se discutieron igualmente de manera más concreta aspectos organizativos relativos a los próximos Campeonatos Europeos, que se celebrarán en Shahdag (Azerbaián) en marzo de 2026, los primeros organizados íntegramente por el Council Europeo, a diferencia de ediciones anteriores, como la celebrada en Flaine, organizadas en colaboración con la estructura central de la ISMF.

Viernes 7 marzo

Asistencia a la prueba Individual, con una presencia activa en el campo de juego con objetivos similares a los de la prueba de Sprint, lo que permitió debatir directamente cuestiones organizativas y técnicas relacionadas con el desarrollo de las competiciones. Además, se abordaron los aspectos presupuestarios vinculados a la organización de los Campeonatos Europeos, en particular los gastos previstos asociados a licencias, remuneración de árbitros y otras estructuras organizativas proporcionadas por la organización central de la ISMF. Asimismo, se analizaron los criterios para la distribución de los recursos económicos y la gestión de los ingresos y gastos derivados del campeonato, en el marco de las funciones correspondientes al cargo de vicepresidenta-tesorera.

- **Fotografías**

Presencia activa como vicepresidenta-tesorera del Council Europeo en las pruebas de Sprint e Individual.



Acciones fuera del Programa Mujer y Deporte

1. Taller “Suelo pélvico y Escalada”

- **Introducción**

En el marco de las Jornadas Mujer y Montaña 2025, organizadas por FDMESCYL y FEDME en conmemoración del 90º aniversario de la gesta de Las Cainejas en el Naranjo de Bulnes, se propone la integración de un taller innovador sobre salud del suelo pélvico y entrenamiento en escalada. La práctica de la montaña y la escalada exige un control corporal avanzado y, en el caso de las mujeres, el cuidado del suelo pélvico resulta esencial para la prevención de lesiones, la mejora del rendimiento y el bienestar general. A pesar de su importancia, este ámbito sigue siendo poco abordado en la formación deportiva. El taller ha ofrecido un espacio de aprendizaje práctico y especializado, con un enfoque preventivo, inclusivo y adaptado a todos los niveles.

- **Objetivos**

- Promover la salud integral y el rendimiento deportivo de las mujeres escaladoras mediante la formación en suelo pélvico y entrenamiento específico de escalada. 3.2
- Concienciar sobre la importancia del cuidado del suelo pélvico en la práctica deportiva.
- Ofrecer herramientas prácticas de fortalecimiento, activación y prevención de lesiones.
- Relacionar la conciencia corporal con la mejora técnica en escalada.
- Generar un espacio de confianza y aprendizaje adaptado a las necesidades de las mujeres deportistas.

- **Desarrollo**

Contenidos del taller

- Introducción teórica: anatomía y función del suelo pélvico.
 - El objetivo aquí es romper el mito de que el suelo pélvico es "algo solo de mujeres" y explicar por qué es el verdadero núcleo de potencia del escalador.
 - El "Cilindro Abdomino-Pélvico": Explicar la relación entre el diafragma (respiración), el transverso del abdomen, la musculatura profunda de la espalda y el suelo pélvico.
 - Gestión de la Presión Intraabdominal (PIA): Cómo los esfuerzos máximos (un paso de bloque, un dinámico o un arqueado extremo) aumentan la presión hacia abajo.
 - Funciones clave en la escalada:

- Estabilización del core: Mejora de la transferencia de fuerza de pies a manos.
 - Contención y soporte: Evitar fugas de orina en saltos o caídas.
 - Postura: Su relación con la anteversión/retroversión de la pelvis en muros desplomados.
- Práctica guiada: ejercicios de activación y fortalecimiento aplicados al deporte. Antes de escalar, hay que aprender a "sentir" y "conectar" con la musculatura.
 - Propiocepción y Respiración:
 - Ejercicios de liberación del diafragma para permitir una correcta gestión de presiones.
 - Localización del suelo pélvico mediante la respiración costal.
 - Activación Diferenciada:
 - Ejercicios de Kegel adaptados (rápidos para fibras de potencia, lentos para resistencia).
 - Co-contracción: Activar el transversal abdominal junto al suelo pélvico (el famoso "cierre de cremallera").
 - Uso de material auxiliar: Uso de pelotas de Pilates (softball) o bandas elásticas para activar aductores (que trabajan en sinergia con el suelo pélvico).
- Entrenamiento técnico: integración de estos ejercicios en movimientos básicos de escalada.

Esta es la parte más innovadora: llevar la teoría a los movimientos específicos del deporte.

 - El "Bloqueo Pélvico" en Desplomes: Cómo activar el suelo pélvico al hacer un "taloneo" o al mantener los pies en la pared en muros inclinados para evitar que la cadera se despegue.
 - Gestión de la Maniobra de Valsalva: Enseñar a exhalar en el momento del esfuerzo máximo (el "grito" del escalador) para proteger el suelo pélvico en lugar de aguantar la respiración de forma lesiva.
 - Dinámicos y Recepciones: Cómo anticipar la activación muscular antes de un lanzamiento o al recibir un impacto en una caída de bloque.
 - Movilidad de Cadera: La relación entre una cadera rígida y la sobrecarga del suelo pélvico. Ejercicios de apertura (como el "frog stretch") integrando la activación muscular.
- Recomendaciones para la prevención de lesiones y la mejora de la técnica.

Consejos prácticos para que el alumno se lleve a su rutina diaria.

 - Hábitos en el entrenamiento:
 - Importancia de vaciar la vejiga antes de una sesión intensa de bloque.

- Postura correcta durante el aseguramiento (evitar la hiperextensión lumbar mantenida).
- Señales de alerta (Red Flags): Identificar cuándo una pesadez perineal, dolor lumbar crónico o pequeñas pérdidas de orina indican que hay que acudir a un especialista.
- Programación: Cómo incluir 5-10 minutos de "core pélvico" en el calentamiento estándar de escalada.
- Beneficios en el rendimiento: Explicar cómo un suelo pélvico funcional mejora el equilibrio y la precisión en pies pequeños al dar mayor estabilidad al centro de gravedad.

- **Fotografías**



2. Ayudas para desplazamientos y asistencia a competiciones deportivas por parte de árbitras de Snowrunning y Marcha Nórdica

• Introducción

En la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada existe el Comité de Árbitros y Árbitras de los distintos deportes de competición (Esquí de Montaña, Escalada, Carreras por Montaña, Barranquismo, Raquetas de Nieve, Snowrunning y Marcha Nórdica) que elige a los árbitros/as necesarias para gestionar bien las distintas pruebas competitivas de Copa y Campeonatos de España de los distintos deportes. En muchas ocasiones el criterio de elección árbitras/os es la proximidad al lugar de la prueba para optimizar los recursos económicos de la FEDME, igualmente se pretende que nuestras competiciones tengan un reparto geográfico determinado para estar presentes en todo el territorio, aunque no siempre se consigue de una manera uniforme en todos los deportes. En esta ocasión el proyecto nos puede ayudar a facilitar esa presencia femenina en competición más equilibrada y mejor y a su vez, con ese ejemplo, animar al género femenino a que se forme en ese ámbito a través de su Federación Autónoma para con posterioridad poder obtener la titulación nacional FEDME para las pruebas de ámbito estatal a las que hacemos referencia. En esta segunda ocasión presentaríamos los deportes que suelen tener menos participación femenina que son el Snowrunning y la Marcha Nórdica y hemos escogido los Campeonatos y Copas de España, como pruebas más destacables y notables dentro de nuestra temporada.

• Objetivos

Objetivo general:

- Tener mayor presencia femenina en el arbitraje de las pruebas oficiales FEDME.

Objetivos específicos:

- Equilibrar la presencia de profesionales hombres y mujeres en la presidencia del Jurado y árbitros/as de clasificaciones y vías.
- Participar en las jornadas de formación continuada, así como en la dirección del colectivo arbitral de escalada.

• Desarrollo

Las árbitras convocadas para cada prueba se encargaron de la gestión y arbitraje de las competiciones de las especialidades deportivas competitivas (Snowrunning y Marcha Nórdica) desde el comienzo hasta el final de cada prueba. Entre sus funciones destacan garantizar el cumplimiento del reglamento y asegurar la equidad y seguridad de los y las deportistas.

Árbitras de Snowrunning

El Snowrunning es una modalidad de carreras por montaña sobre nieve. Aquí, el enfoque de la árbitra se centra más en la seguridad y la logística del terreno.

- Supervisión del Itinerario: Revisan que el circuito esté correctamente balizado y que la nieve sea apta y segura. También validan el "itinerario alternativo" en caso de mal tiempo.
- Control de Material Obligatorio: Es crítico en esta modalidad. Verifican que todas las corredoras lleven los microcrampones (obligatorios), manta térmica, cortavientos y demás equipo de seguridad exigido según las condiciones climáticas.
- Controles de Paso y Tiempo: Aseguran que las corredoras pasen por los puntos de control establecidos y que se respeten los tiempos de corte por seguridad (para evitar que las corredoras sigan en pista si baja demasiado la temperatura o la visibilidad).
- Protección Ambiental: Velan por que no se dejen residuos en la montaña y se respete el entorno natural invernal.

Árbitras de Marcha Nórdica

En esta disciplina, la labor arbitral es extremadamente técnica y visual, ya que el cumplimiento de la técnica correcta es lo que define el deporte.

- Vigilancia de la técnica: Su función principal es observar que las marchadoras cumplan los tres pilares: apoyo del bastón en diagonal, paso amplio y no correr (mantener siempre un pie en contacto con el suelo).
- Gestión de Tarjetas: * Tarjeta Blanca: Advertencia técnica por un error de gesto.
 - Tarjeta Amarilla: Sanción que suele implicar una penalización de tiempo (normalmente 2 minutos) que la marchadora debe cumplir en un "bucle" o zona de penalización.
 - Tarjeta Roja: Descalificación por acumulación de sanciones o faltas graves.
- Control del "Bucle" de penalización: Supervisan que las deportistas sancionadas realicen el tiempo o recorrido extra correspondiente.
- Validación de Material: Antes de la salida, comprueban que los bastones y las dragonas (correas) sean los reglamentarios.

- **Modalidades, lugares y fechas**

Snowrunning

- **Campeonato de España Snowrunning** (Larra-Belagua): 1 árbitra

Marcha Nórdica

- **I Prueba Copa de España Marcha Nórdica** (Arnedo): 1 árbitra
- **II Prueba Copa de España Marcha Nórdica** (Crevillente): 2 árbitras
- **Campeonato de España de Clubes y Campeonato de España de Edad Escolar de Marcha Nórdica** (Huelva): 2 árbitras

3. Proyecto Abriendo Camino IV – Argelia

- **Introducción**

Abriendo Camino es una de las acciones reinas de nuestro proyecto Universo Mujer. Las dos primeras ediciones fueron llevadas a cabo por el Equipo Femenino de Alpinismo de nuestra Federación y la última por las deportistas de nuestras Selecciones de Escalada y Paraescalada. En esta ocasión, el Equipo Femenino de Alpinismo ha vuelto con el proyecto de abrir nuevas vías de escalada en el desierto sahariano de Argelia del 15 de noviembre al 4 de diciembre de 2025. La apertura de nuevas vías de escalada es realizada mayoritariamente por deportistas masculinos, por ello, en este proyecto buscamos dar visibilidad a la acción: “las mujeres también pueden abrir camino”. Las futuras generaciones no suelen contar con suficientes referentes femeninos en los diferentes cargos deportivos, y tampoco suelen ser educadas en temas de liderazgo, por ello toda esta experiencia en Argelia ha sido filmada para posteriormente crear un documental que será presentado en los colegios de la zona de cada una de las alpinistas y posteriormente se presentará en otras comunidades autónomas. De esta manera, daremos visibilidad y promoción a las mujeres alpinistas, trabajando en el liderazgo y generando nuevos roles en las futuras deportistas.

Link a la noticia en Web FEDME: <https://fedme.es/cuatro-nuevas-vias-y-mas-de-dos-semanas-de-exploracion-en-el-desierto-argelino-para-el-equipo-femenino-de-alpinismo-de-la-fedme/>

Reportaje en YouTube: El reportaje se encuentra en postproducción ya que la expedición se realizó en diciembre y se publicará lo antes posible.

- **Objetivos**

- Fomentar la participación de mujeres en proyectos de alpinismo.
- Elaborar un documental sobre el proyecto que muestre el papel de la mujer en los deportes de montaña y escalada.
- Visibilizar a las mujeres deportistas de montaña en los colegios para que las niñas y los niños puedan construir referentes femeninos.

- **Equipo participante**

- Alpinistas
 - Alba de Jorge
 - Clàudia Carbonell
 - Julia Serrat
 - Maialen Lezeaga
 - Paula de la Fuente
- Técnicas
 - Miriam Marco
 - Lucía Guichot
- Otros participantes
 - Pat Soler (periodista)

*La escaladora Gemma Soriana no pudo participar finalmente en la expedición por lesión.

- **Desarrollo**

La expedición se llevó a cabo en distintas regiones del Sáhara argelino, una zona de alto potencial para la escalada en grandes paredes, pero con una exploración todavía limitada desde el punto de vista deportivo. A pesar de las restricciones logísticas y de movilidad existentes en el país, el equipo logró cumplir los objetivos previstos, adaptándose a las condiciones del entorno y demostrando una elevada capacidad técnica, organizativa y humana.

Durante más de dos semanas, el equipo exploró distintas regiones del Sáhara argelino. La expedición estuvo escoltada permanentemente por gendarmes argelinos, una medida temporal aplicada a visitantes extranjeros, lo que condicionó los desplazamientos y limitó parcialmente la exploración. A pesar de ello, el equipo supo adaptarse y reorientar el trabajo hacia zonas con gran potencial deportivo.

Aperturas en Tidikmar

Debido a las restricciones de acceso al área de Garet, el equipo encontró en Tidikmar un entorno óptimo para el trabajo de apertura de nuevas vías.

Vías abiertas:

- Los guardianes del desierto
 - Aperturistas: Lucía Guichot y Julia Serrat
 - Características: 4 largos · hasta 6c · vertiente oeste
- Mosaic (Mosaico)
 - Aperturistas: Alba De Jorge y Clàudia Carbonell
 - Características: 4 largos · chimenea final y pasos expuestos con un clavo · vertiente sur

Además, se realizó la primera repetición de la vía “Zumbo”, abierta por Christian Ravier en 2025.

Plan B en Tamusareg

Ante las limitaciones logísticas, el equipo activó un plan alternativo en Tamusareg, una zona con paredes de más de 300 metros y un sistema de fisuras de gran calidad, que se convirtió en el mejor escenario para el trabajo de apertura. En dos jornadas consecutivas, y regresando al campamento ya de noche, el equipo abrió las siguientes vías:

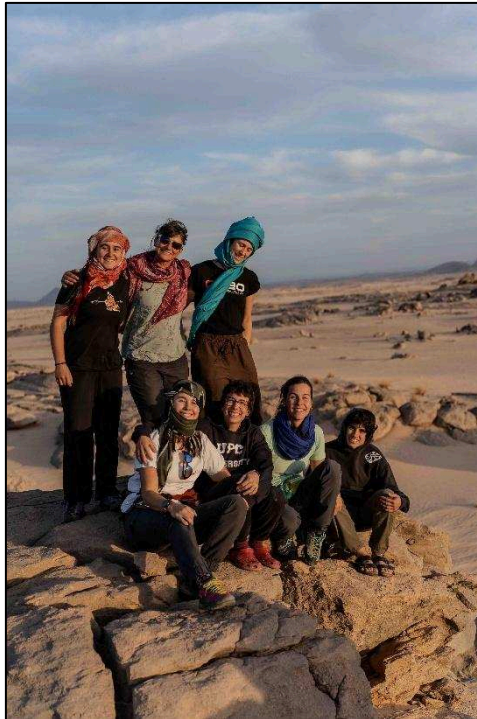
- Las buscadoras del oro, por lo que sea
 - Aperturistas: Alba De Jorge · Julia Serrat · Lucía Guichot
 - Longitud: ~400 m
 - Dificultad: hasta 6c
- Tenere Libre
 - Aperturistas: Clàudia Carbonell · Maialen Lezeaga · Paula de la Fuente
 - Longitud: ~400 m
 - Dificultad: hasta 7a+
- **Resultados obtenidos**
 - Apertura de cuatro nuevas vías de escalada en grandes paredes.
 - Realización de múltiples ascensiones y una primera repetición relevante.
 - Desarrollo de itinerarios de hasta 400 metros de longitud.
 - Consolidación de la experiencia del Equipo Femenino de Alpinismo FEDME en expediciones internacionales.
 - Contribución directa al desarrollo del patrimonio deportivo de escalada en Argelia.
 - Generación de material técnico y divulgativo para la promoción del alpinismo femenino.
- **Impacto del proyecto**
 - Impacto deportivo

- Refuerzo del liderazgo femenino en el alpinismo de exploración y apertura de vías.
- Mejora del rendimiento técnico y la autonomía del equipo en contextos complejos.
- Impacto social y de igualdad
 - Visibilización del papel de la mujer en deportes tradicionalmente masculinizados.
 - Referente para nuevas generaciones de deportistas.
- Impacto internacional
 - Fortalecimiento de la imagen de la FEDME y del deporte español en el ámbito internacional.
 - Apertura de futuras oportunidades de colaboración en la región.

- **Conclusiones**

La expedición ha cumplido con éxito los objetivos planteados, demostrando la capacidad del Equipo Femenino de Alpinismo FEDME para liderar proyectos de exploración y apertura de nuevas vías en entornos exigentes. A pesar de las dificultades logísticas y de seguridad, el equipo mostró una elevada resiliencia, cohesión y nivel técnico, consolidando un proyecto alineado con los valores del CSD en materia de desarrollo deportivo, igualdad y proyección internacional.

- **Fotografías**

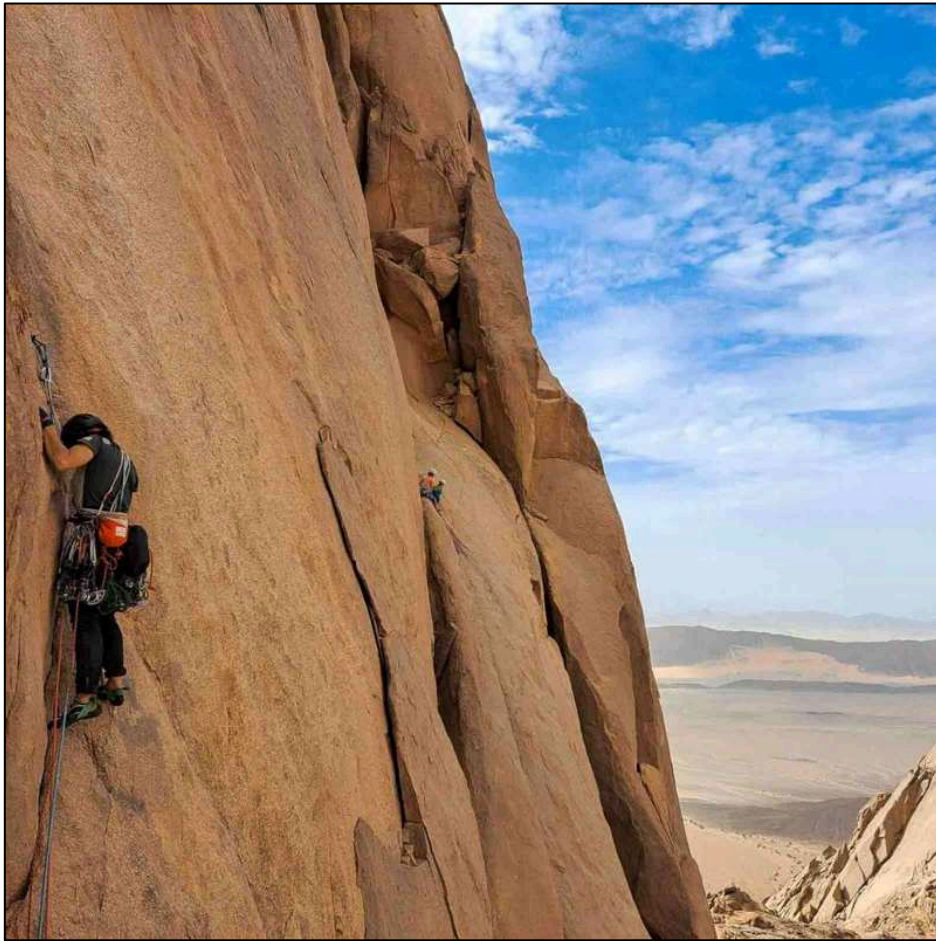














4. Página Web

- **Introducción**

Esta acción consiste en el mantenimiento de la página Web “Mujer y Montaña” creada en el año 2022. A partir de octubre de 2025, la federación ha decidido integrarla en la página web FEDME con el objetivo de facilitar su acceso y potenciar su visibilidad. La sección “Mujer y Montaña” acoge todo lo relacionado con la participación femenina en nuestro deporte, así como publicaciones de interés para nuestro colectivo como entrevistas a referentes femeninos de todas las edades y avances en investigación tal y como lo hacía la anterior web. Para su desarrollo, contamos con la contratación de la empresa “Tools” que nos garantiza el soporte necesario para la sección Mujer y Montaña.

- **Objetivos**

- Garantizar la continuidad y el correcto funcionamiento de la sección “Mujer y Montaña” dentro de la web FEDME.
- Incrementar la visibilidad y el acceso a la información sobre la participación femenina en deportes de montaña.
- Ofrecer contenidos de calidad e interés para el colectivo, incluyendo entrevistas a referentes y difusión de avances en investigación.
- Asegurar un soporte técnico eficaz y actualizado mediante la colaboración con la empresa Tools.

- **Desarrollo**

Es bien conocido que hoy en día la comunicación telemática ha adquirido un papel fundamental en nuestra sociedad, es por ello por lo que consideramos imprescindible visibilizar a las mujeres y niñas montañeras mediante esta potente herramienta.

La sección “Igualdad” en la web FEDME es un espacio que da voz a los diferentes cometidos en los que se divide esta área teniendo siempre presente el uso de un lenguaje inclusivo, que es aquel que se emplea con una intención consciente de no discriminar ni subordinar no sólo a las mujeres, sino a colectivos minoritarios que también necesitan ser nombrados y que en muchas ocasiones quedan diluidos en el común de la sociedad.

A través de esta sección, buscamos poner en conocimiento los grandes o cotidianos logros deportivos y profesionales de nuestras deportistas para reforzar su trabajo y alentar a otras mujeres a practicar deportes de montaña y escalada. También se comparten congresos, cursos de formación y comunicaciones científicas tan importantes para arrojar luz y nutrir de conocimiento el mundo, todavía no lo suficientemente investigado, del deporte femenino.

Enlace a la sección en la Página Web FEDME: <https://fedme.es/categoria/igualdad/>

5. Contratación Coordinadora Área Mujer y Montaña

• Introducción

La figura de la Coordinadora del Área de Mujer y Montaña de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME) resulta imprescindible para garantizar la correcta ejecución, seguimiento y justificación de las acciones vinculadas a la igualdad de género, así como para el cumplimiento de las obligaciones derivadas de subvenciones, planes estratégicos y compromisos institucionales.

• Objetivos

- Garantizar la correcta gestión y justificación de subvenciones y proyectos estratégicos vinculados a la igualdad de género en el ámbito de la FEDME.
- Consolidar una política transversal de igualdad a través de la elaboración de planes, protocolos e informes que aseguren el cumplimiento de la normativa y las directrices institucionales.
- Fortalecer la comunicación, visibilidad y coordinación del Área de Mujer y Montaña, mediante la gestión de contenidos, actas, eventos y proyectos de alto impacto.
- Asegurar la continuidad y estabilidad del puesto de Coordinadora, como figura clave para la ejecución, seguimiento y alineación estratégica de las acciones de igualdad dentro de la federación.

• Desarrollo

Entre sus funciones destacan: la preparación y maquetación de subvenciones de carácter estratégico (Ordinaria del CSD, Proyecto Universo Mujer, Patrocinio Iberdrola), la elaboración de las correspondientes memorias justificativas, la redacción de la Memoria anual de Mujer y Montaña y la preparación del Informe Anual de Igualdad. Asimismo, participa activamente en la creación de documentos y protocolos esenciales como el Plan Específico de Conciliación y Corresponsabilidad y el Plan Contra la Violencia en la Infancia y Adolescencia FEDME, contribuyendo a la adecuación de la Federación a la normativa vigente y a las directrices de organismos nacionales e internacionales. Su papel abarca también la gestión de la comunicación del área, la convocatoria y redacción de actas de reuniones, la publicación de contenidos en la página web, la coordinación de eventos de alto impacto como el Tour Universo Mujer y la participación en el Comité de Mujer y Montaña, donde

interviene en proyectos de igualdad, formación, salud, promoción y marketing. Además, mantiene una colaboración directa con la Vocal de Igualdad, trabajando estrechamente con su responsable, lo que asegura una visión estratégica y coherente en todas las acciones emprendidas. La continuidad en su contratación garantiza no sólo la estabilidad y eficacia en la gestión de programas y subvenciones, sino también la consolidación de una política de igualdad sólida, transversal y alineada con los valores y compromisos de la FEDME, aportando un retorno tangible a nivel deportivo, social e institucional.

6. Segunda Técnica del Equipo Femenino de Alpinismo

• Introducción

Los Equipos de Alpinismo de la Federación de Deportes de Montaña y Escalada existen desde 1998 y tienen como principal objetivo tecnificar jóvenes en todas las disciplinas del alpinismo y dar una visibilización a nivel internacional de este deporte no competitivo. Para poder cumplir con dicho objetivo es imprescindible en primer lugar garantizar las condiciones de seguridad necesarias, y en este sentido, requiere de técnicos y técnicas de alta montaña muy cualificados y experimentados en el sector. Este año con la entrada de la nueva promoción 2025-2027 formada por seis alpinistas se nos hace imprescindible el apoyo de una segunda técnica que nos de soporte en las diferentes concentraciones y pueda garantizar la seguridad de las alpinistas. Para este nuevo cargo hemos considerado como mejor candidata a Lucía Guichot Martín, guía de Alta Montaña y exmiembro del Equipo Femenino de Alpinismo (2018-2020).

• Objetivos

- Garantizar un seguimiento técnico más personalizado.
- Reforzar la seguridad en actividades de alta montaña y expediciones.
- Ampliar las oportunidades de aprendizaje en todas las disciplinas del alpinismo.
- Incrementar la representatividad femenina en puestos de liderazgo técnico.

• Desarrollo

La segunda Técnica de Alta Montaña, Lucía Guichot, ha desarrollado su trabajo acompañando al Equipo Femenino de Alpinismo en las diferentes tecnificaciones que se han llevado a cabo a lo largo del 2025:

- 1ª Concentración en Sierra Nevada

- 2ª Concentración en Ordesa
- 3ª Concentración en La Pedriza
- 4ª Concentración en Los Alpes
- 5ª Concentración en Picos de Europa

Su labor es transformar a alpinistas competentes en deportistas de alto nivel, capaces de gestionar expediciones autónomas y seguras. Sus funciones se dividen en cuatro pilares:

Dirección Técnica y Formación: La técnica (como la actual directora Miriam Marco) actúa como una mentora de élite.

- Planificación de objetivos: Decide qué paredes o corredores se van a escalar según las condiciones de la montaña y el nivel del grupo.
- Enseñanza de maniobras avanzadas: Perfeccionamiento de técnicas de autoprotección en roca y hielo, progresión en ensamble, montaje de reuniones en terrenos precarios y gestión de cuerdas.
- Táctica de montaña: Enseña a "leer" la pared, elegir la ruta más lógica y gestionar los horarios para evitar riesgos (como la caída de piedras al calentar el sol).

Gestión de la Seguridad y Riesgos

- Esta es la función más crítica. La técnica es la máxima responsable de la integridad física del equipo durante la concentración.
- Evaluación del terreno: Analiza la estabilidad del manto nivoso (riesgo de aludes), la calidad del hielo y la previsión meteorológica.
- Toma de decisiones: Tiene la autoridad para abortar una actividad si las condiciones no son seguras, enseñando a las deportistas a identificar el momento de la retirada.
- Protocolos de emergencia: Organiza los sistemas de comunicación y rescate en caso de accidente durante la actividad.

Mentoría y Empoderamiento

- El equipo femenino tiene una filosofía de crear referentes femeninos en un entorno históricamente masculino.
- Fomento de la autonomía: La técnica no guía a las chicas (no es un cliente-guía), sino que supervisa mientras ellas lideran las cordadas, interviniendo solo cuando es necesario.
- Gestión emocional: Trabaja el miedo, la toma de decisiones bajo presión y la cohesión del grupo.

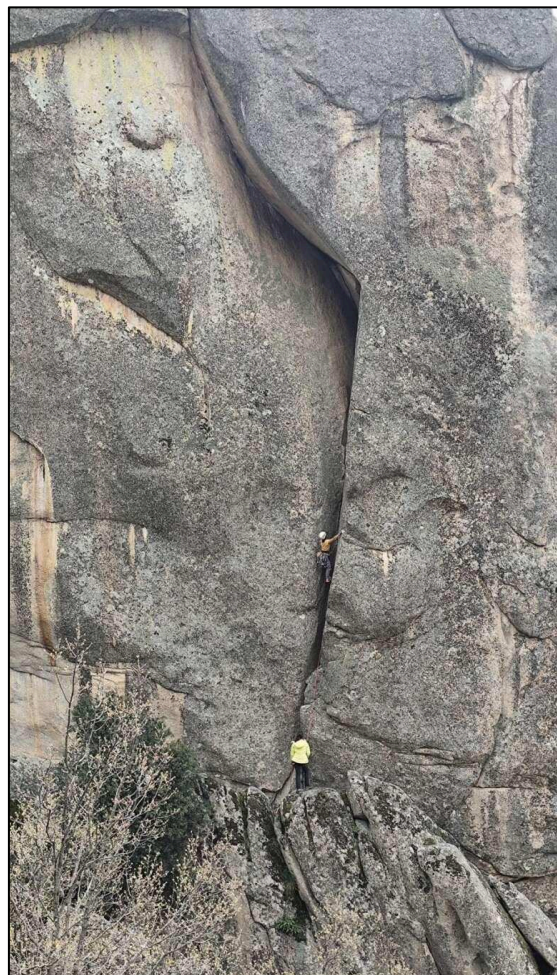
- **Visibilidad:** Colabora en la comunicación de las actividades para mostrar el potencial del alpinismo femenino de alto nivel.

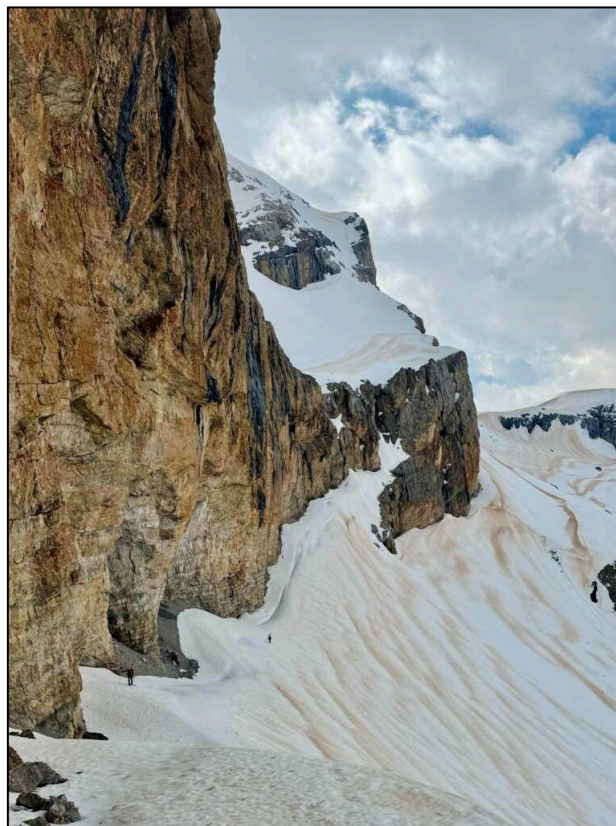
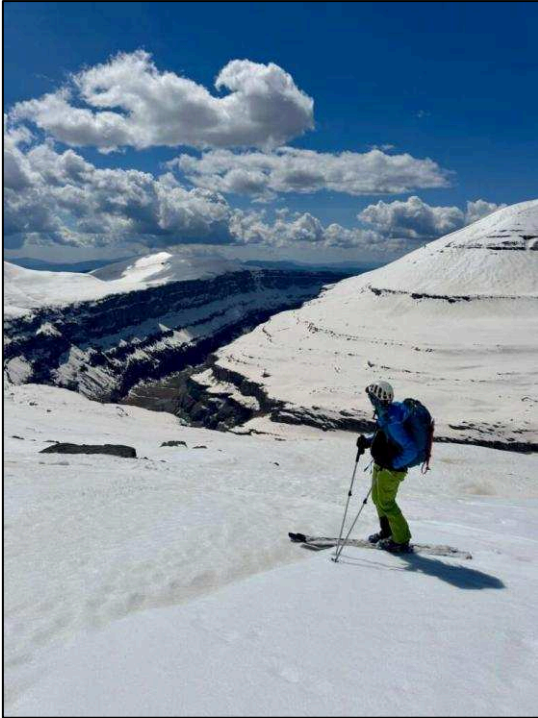
Logística y Seguimiento

- **Control del material:** Supervisa que el equipo común (cuerdas, clavos, material de vivac) esté en perfecto estado y sea el adecuado para la actividad.
- **Informes de progresión:** Realiza un seguimiento individual de cada alpinista para evaluar su evolución técnica y física a lo largo de los tres años que suele durar la promoción.
- **Preparación de expediciones:** Organiza la logística de los viajes internacionales y expediciones de fin de ciclo (como las realizadas a Nepal, Kirguistán o los Alpes).

- **Fotografías**







7. Expositores publicitarios Mujer y Montaña

- **Introducción**

Impulsando el futuro del montañismo femenino: La FEDME, de la mano del CSD e Iberdrola, renueva la imagen del Área de Mujer y Montaña. A través de la creación de estos soportes publicitarios versátiles y de alto impacto, consolidamos nuestra presencia en el entorno deportivo. Esta colaboración refuerza el compromiso compartido de las tres instituciones por dar a las mujeres el espacio y el reconocimiento que merecen en el mundo de la montaña.

- **Objetivos**

- Mejorar la visibilidad y presencia institucional del proyecto Universo Mujer y Montaña en todas las actividades y eventos.
- Unificar la imagen comunicativa del proyecto para reforzar su identidad y reconocimiento público.
- Incrementar la difusión y el impacto visual del proyecto en redes sociales y otros canales digitales.

- **Desarrollo**

Diseño de banderolas publicitarias versátiles y de alto impacto con los logos: CSD, Iberdrola, Universo Mujer y FEDME.

- Fotografías

