



“OPERACION BENJAMIN”

V Curso Infantil de Iniciación al Montañismo

ORGANIZADO

por

CLUB MONTAÑEROS CELTAS

Colabora en la organización:

Federación Gallega de Montañismo

2 al 28 de Mayo de 1972



V CURSO INFANTIL DE INICIACION AL MONTAÑISMO

Este curso, al igual que los anteriores, tiene por objeto el fomentar la afición a la montaña, e instruir teórica y prácticamente a todos los niños de ambos sexos, comprendidos entre los OCHO y CATORCE años, en la técnica del Montañismo, para lo cual se desarrollarán las siguientes facetas:

- a) Conocimiento y amor a nuestra tierra, por medio de marchas y excursiones por montaña.
- b) Estudio Histórico-Arqueológico --con visita-- a Castros y Citanias.
- c) Montajes de campamentos, elección del lugar, limpieza de la montaña y de las fuentes, trato a los animales, árboles, etc.
- d) Fuego de campamento. Fuego en el monte.
- e) Interpretación de mapas, orientación.
- f) Primeros auxilios, botiquín.
- g) Equipo, material e indumentaria.
- h) Etica y comportamiento del montañero.
- i) Alimentación del montañero.
- j) Iniciación a la fotografía de montaña.
- k) Iniciación a la Entomología, estudio y conservación de insectos.
- l) Para una mejor interpretación, se pasarán películas tomadas en anteriores cursos y excursiones.

Al finalizar el curso, se celebrará una exposición-concurso, de fotografías, con premios para los mejores.

A todos los participantes, que terminen el curso, se les entregará un banderín como recuerdo.

Durante el desarrollo del curso, se filmará una película en color.

Las inscripciones podrán efectuarse, hasta el 1.º de mayo, en la Secretaría de CLUB MONTAÑEROS CELTAS, de 8 a 9,30 de la noche, siendo el número de plazas limitado.

CUADRO DE ORGANIZACION

Director del Curso:	ROGELIO PEREIRA MUIÑOS
Secretaria:	ELVA GROBAS ALONSO
Profesores:	ANTONIO ALVAREZ FERREIRO CONSTANCIO VEIGA GONZALEZ BENIGNO VARELA ENRIQUEZ GABRIEL RUBIO LOPEZ
Monitores:	JOSEFINA GUNTIN ALFONSO ADRIANO TABOAS ABAL ALBINO QUINTEIRO MORA
Reportaje Gráfico:	MANUEL MARTINEZ BARCIA

P R O G R A M A

- Día 2. - Salutación e introducción al montañismo. Por R. Pereira Muñós.
Etica y comportamiento del montañero. Por A. Alvarez Ferreiro.*
- 5. - Captura y conservación de insectos. Por C. Veiga González.
Nociones sobre fotografía, enfoque, luz, etc. Por G. Rubio López.*
- 7. - Excursión al Budiño, con recorrido Histórico-Arqueológico de Castros y Citanias.*
- 9. - Limpieza del monte y de las fuentes. Por A. Alvarez Ferreiro.*
- 12. - Equipo, material e indumentaria, Por R. Pereira Muñós.*
- 13. - Excursión y pernoctación en el refugio del Aloya.*
- 14. - Prácticas de marcha y montaje de tiendas.*
- 16. - Interpretación de mapas, orientación. Por C. Veiga González.*
- 19. - Fuego en el monte, fuego de campamento. Por R. Pereira Muñós.*
- 20. - Excursión y pernoctación en campamento, en el Cando.*
- 21. - Recogida de insectos.*
- 23. - Contusiones, heridas, primeros auxilios, botiquín. Por B. Varela Enriquez.*
- 26. - Alimentación del montañero. Por A. Alvarez Ferreiro.*
- 27. - Excursión con pernoctación en campamento, en la Picaraña.*
- 28. - Recorrido Histórico-Arqueológico del Castillo del Sobroso, clausura y entrega de banderines.*

LARSA

LACTO AGRICOLA RODRIGUEZ, S. A.

Elaboradora de los quesos de bola, nata y mantequilla que se distinguen en el mercado nacional, por su **CALIDAD** y **GARANTIA**.

Marcas acreditadas:

- **Quesos** **TREBOL**
 HORREO
 PIMPINELA
 CORIMBO
 ARTESANO
 PAIS-LARSA

- **Mantequilla NOBLE**
 en pastillas de 100 y 250 grs.

- **Leche Esterilizada**
 LECHE NUEVA SIEMPRE FRESCA

- **Yoghurt**
 EL ALIMENTO QUE NUTRE SIN ENGORDAR

Fábricas en:

VILLAGARCIA
CHANTADA y
VIGO

- **Consumir productos L A R S A . . .**
 es consumir CALIDAD y GARANTIA

**“La Caja” invita
a mil niños!**

**COLONIAS
DE
VERANO**

**15 DIAS DE VACACIONES GRATUITAS
EN EL CAMPO O EN EL MAR**

CONDICIONES:

- Poseer libreta de ahorro
- Tener de 10 a 14 años

Infórmate en el Departamento de Obra Social
de la Casa Central o en cualquiera de nuestras
Oficinas.



**Caja de Ahorros
Municipal de Vigo**

DONDE MAS PERSONAS AHORRAN EN GALICIA

Fotografía con **NEGRA**
y vivirá dos veces.

Y ahora también en **color**

NEGRACROME

el **color** de España



SPAR

NESTLÉ

The Nestlé logo, consisting of the word "NESTLÉ" in a bold, red, serif font. It is flanked by two horizontal lines, each with a decorative flourish at its center.



CLUB MONTAÑEROS CELTAS

Marqués de Valladares n.º 19 b.

Teléfono 21 76 08

V I G O

“OPERACION BENJAMIN”

CURSO INFANTIL DE INICIACION AL MONTAÑISMO

En todas las excursiones previstas, irán al frente de las mismas, todos los instructores, los cuales cuidarán en todo momento, de los asistentes a este curso de Iniciación al Montañismo.

EXCURSIONES — En la señalada para el día 7, la hora de salida será a las 8 1/2 de la mañana, del local social de CLUB MONTAÑEROS CELTAS, y en las señaladas para los días 13, 20, y 27, a las 4 1/2 de la tarde.

EQUIPO INDIVIDUAL — Los asistentes a este curso, deberán traer en una mochila o bolsa: Plato, vaso o tanque (preferentemente metálicos o plásticos), cuchara y tenedor, útiles de aseo personal (toalla, jabón, etc.), saco de dormir o manta, y algún jersey, anorak o chaquetón.

COMIDAS — Deberán llevarlas ya preparadas. Como orientación proponemos alimentos que no contengan salsas. Sugerimos como raciones individuales las siguientes:

CENA — 2 bistecs empanados (o cantidad equivalente de pescado frito, empanadillas, sandwichs, etc.)
1 tortilla pequeña de patatas (250 gramos aproximadamente)
2 manzanas o naranjas
1 trozo pequeño de membrillo o queso (unos 100 gramos)
Pan.

COMIDA DEL DOMINGO — Recomendamos un menú similar al de la cena, excepto la tortilla de patatas, que quedaría un poco reseca.

DESAYUNO EN LOS DIAS DE ACAMPADA — Este, será a cargo de la organización, y se les dará PHOSCAO con leche, y mermelada. También se les dará PHOSCAO, después de cenar.

MERIENDA — Es conveniente que lleven un bocadillo, o algo con que hacerlo.

PARA CUALQUIER ACLARACION SOBRE ESTE CURSO, PUEDE FORMULARSE EN LA SECRETARIA DEL CLUB, DE 8 A 9,30 DE LA TARDE, O LLAMANDO AL TELF. 21 76 08.