

FICHA TÉCNICA DE LA ACTIVIDAD

ALTA MONTAÑA



WWW.ALLMOUNTAIN.CL



Limitaciones y/o restricciones de la actividad a los participantes tales como: condición física, edad, salud y otros.

Mínimo de edad: 18 años, máximo: 70 años (variable).

Previo a la actividad se debe llenar la ficha médica requerida y especificar problemas de salud tales como: diabetes, hipertensión, embarazo, problemas cardiovasculares y/o lesiones recientes entre otros, para evaluar si el cliente cumple con los requerimientos básicos para participar en la actividad. En cuanto a los límites de carga por cliente esto dependerá de su edad y fisiología, también pasará por una evaluación por parte del guía encargado. En ningún caso el peso cargado en la mochila deberá superar el 40% del peso corporal.

Experiencia y capacidad técnica requerida a los participantes

Se requiere experiencia previa en actividades de Trekking y/o Montañismo.

Se debe tener la capacidad física para cargar una mochila de 60 -80 litros en ciertos tramos durante la aproximación, ya que los arrieros y las mulas llegan solo hasta ciertos sectores en determinadas épocas del año. En todo caso, esto dependerá de la actividad a elegir, ya que hay algunas en que no es necesario cargar peso (por proximidad de campamentos base con rutas vehiculares, por acercamiento con mulas que llevan el equipo).

Debe tener salud acorde a la actividad.

Edad de los participantes

Edad mínima de los participantes

16

Edad máxima de los participantes

70

Indicaciones de ropa y equipo personal con que deberán contar los participantes, en forma individual

Balaclava o pasa montañas
Bandana.
Guantes y mitones (primera y segunda capa).
Lentes de sol o Antiparras
Chaqueta cortaviento
Pantalón cortaviento o cubre pantalón
Chaqueta de pluma
Primera capa (polera y pantalón)
Segunda capa (polar).
Pantalón de trekking de invierno o pantalón grueso
Bloqueador solar factor 50+ Facial y Labial
Mochila personal para subir a la cumbre (de 25 a 30 litros)
Linterna frontal de 300 lúmenes o más, con pilas y/o cargada
Saco de pluma idealmente -30°
Colchoneta
Mochila 65 a 80 litros o duffel para el equipo

2 botellas de agua (nalgene de 1 litro o litro y medio)
Casco
Piolet de marcha
Crampones
Chaqueta alta montaña
En caso de no contar con alguno de estos elementos Allmountain puede proveerlos, por un valorextra, salvo por aquellos que van incluidos en el itinerario full.

Indicación de ropa y equipo personal con que deberán contar los guías en forma individual

Balaclava o pasa montañas
Bandana.
Guantes y mitones (primera y segunda capa).
Lentes de sol o Antiparras
Chaqueta cortaviento
Pantalón cortaviento o cubre pantalón
Chaqueta de pluma
Primera capa (polera y pantalón)
Segunda capa (polar).
Pantalón de trekking de invierno o pantalón grueso
Botas plásticas o dobles
Bloqueador solar factor 50+ Facial y Labial
Mochila personal para subir a la cumbre (de 25 a 30 litros)
Linterna frontal de 300 lúmenes o más, con pilas y/o cargada
Saco de pluma -30°
Colchoneta
Mochila 65 a 80 litros o duffel para el equipo
2 botellas de agua (nalgene de 1 litro o litro y medio)
Botiquín completo de primeros auxilios: Este botiquín cuenta con los elementos necesarios para atender un caso de urgencia. Por ejemplo: guantes, suero fisiológico, oxímetro, etc.
Piolet de marcha
Crampones
Casco
Bastones trekking
Chaqueta Alta Montaña
GPS
Radio VHF
Pala
Sonda
Teléfono Satelital

Disponibilidad de seguros

Si

Detalle de seguros

Broker Insurance Travel.

Detallar los servicios incluidos en la actividad

-Transporte (vehículo todo terreno 4x4)
-Guiado (guías técnicos en Turismo Aventura, egresados de instituto Duoc UC, certificados con curso de primeros auxilios en areas remotas WFR 80 hrs.; curso No Deje Rastro)
-Alimentación (desayunos, almuerzos, once, cena, ración de marcha), las personas vegetarianas y/o diabéticas deberán informar por medio de su ficha médica su preferencia en cuanto a la alimentación y se les prepara un snack almuerzo y once adecuados según su condición.
-Seguro de turismo aventura- Botiquín completo de primeros auxilios: Este botiquín cuenta con los elementos necesarios para atender un caso de urgencia. Por ejemplo: guantes, suero fisiológico, oxímetro, etc.
-Se incluye el “Briefing” (charla en la cual el guía entrega las instrucciones con respecto a la actividad): el guía debe verificar que todos sepan el plan de actividades y su grado de riesgo, y si el grupo entero está realmente de acuerdo o se siente con confianza para realizar la actividad, se debe asegurar que todos los clientes hayan firmado la ficha de aceptación de riesgo, se debe realizar revisión general con los clientes respecto a hora, salida, recorrido instrucciones etc., cerciorarse de las condiciones del equipo que se necesitarán. El guía debe revisar que cada uno de los integrantes del grupo cuente con el equipo necesario tanto personal como grupal antes de comenzar la actividad y redistribuir el peso en de que sea necesario, y velar por que todos manejen el mínimo aceptable del plan de emergencia o contingencia y que conozcan técnicas de seguridad
-Charla de seguridad: el guía da instrucciones para poder llevar a cabo la actividad de forma segura y también para orientar al grupo en caso de accidente. El guía explica claramente acerca de las situaciones de riesgo de las actividades o programas a realizar, dentro de esta charla el guía da una pequeña pauta a seguir en caso de extravío (salirse del camino quedarse atrás etc.), la cual indica quedarse en el mismo lugar donde estuvo con el grupo la última vez hasta que llegue alguien en su búsqueda.
-Se incluye el “Debriefing” : el guía hace el cierre de la actividad, donde se les permite a los clientes entregar un feedback con respecto a la actividad.
-Cocinera de montaña
-Armado y desarmado de campamentos
-Arriero y mulas

Detallar los servicios no incluidos en la actividad

Todo incluido en Plan Full. En algunas actividades no se incluye hoteles ni vuelos.

Indicación de las acciones que deberá seguir el participante para el buen desarrollo de la actividad

-Escuchar y seguir todas las instrucciones dadas por el guía a cargo, al inicio de la actividad y al término de esta. Las instrucciones del guía son: -Los clientes nunca deben sobrepasar al guía ni salirse del camino durante el recorrido de la actividad. -El grupo debe mantenerse unido.

-Ante cualquier molestia duda o consulta se debe mantener una comunicación clara entre el guía/cliente.

-En los lugares de descanso el grupo debe permanecer unido y en caso de tener alguna necesidad básica (orinar, defecar) el cliente debe comunicarle al guía e indicar el lugar al cual se dirige. Si esta situación se diera durante el recorrido los clientes o guías deben avisar para que el grupo espere y luego poder continuar la actividad con normalidad.

-Los clientes deben leer atentamente, firmar y aceptar con anterioridad las condiciones de riesgo de la actividad a realizar, la cual será entregada junto con la ficha médica.

Número de Participantes

A. Mínimo

1

B. Máximo

6

Número de guías para la cantidad mínima de participantes seleccionada anteriormente

1

Número de guías para la cantidad máxima de participantes seleccionada anteriormente

2

Idiomas en los cuales se ejecuta la actividad

Español

Inglés

¿El desarrollo de la actividad contempla transporte?

Si