

## 26. Actúa: Empezar temprano



La **hora de inicio** de la actividad debe guardar relación con el **tiempo total para realizarla**, el **tipo de grupo** con el que se vaya y la **previsión meteorológica**.

No siempre es necesario madrugar mucho, pero con el objetivo de que un imprevisto no obligue a pasar la noche en la montaña debemos calcular que **entre el horario de regreso y la puesta del sol haya un mínimo de 5-6 horas de diferencia**.

1. Disponer de **más horas de luz**, más tiempo efectivo para completar la ruta
2. Aprovechar las horas de **menos calor**, alcanzando la cima antes del mediodía
3. Las **tormentas de evolución**, habituales en la alta montaña, suelen descargar a partir del mediodía, y en ese momento conviene estar ya de vuelta y en lugares protegidos

**4.** Ante un incidente, se dispone de más horas para recibir **ayuda** o para regresar por medios propios y evitar así situaciones indeseables como tener que **pernoctar** al raso

Como **federados,debéis intentar que el iniciar la actividad temprano.**

---

Revision #1

Created 1 February 2022 12:28:25 by Equipo CATEDU

Updated 1 February 2022 12:28:25 by Equipo CATEDU