

# 3. Planifica: ¿Senderismo o alta montaña?

Ya habéis hecho el curso de "Senderismo Seguro", ¿por qué hacer el de Alta Montaña Segura?

Varias son las diferencias entre una actividad senderista y una de alta montaña, y en este curso nos centraremos sobre todo en **aquéllos temas que tienen una importancia fundamental cuando se realizan actividades en la alta montaña.**

En este curso, vamos a considerar que las actividades en alta montaña son aquellas que cumplen una o varias de las siguientes afirmaciones:

1. Se desarrollan en el Pirineo, con tramos en **cota superior a los 2.200 o 2.500 m** de altitud
2. **Ascienden a picos o ibones de altura. Atraviesan puertos y collados** por encima de esa cota
3. Transcurren por zonas donde **no suele existir traza clara de sendero**, y son habituales las **rutas señalizadas con mojones o hitos de piedras** por terrenos pedregosos
4. Suelen o **pueden conservar nieve en sus cotas altas hasta bien entrado el verano o de manera continua** en el caso de los glaciares

No existe una categorización exacta de dónde está la diferencia entre el senderismo y la alta montaña, pero seguro que cada uno de vosotros tiene presente, si una actividad pertenece a un grupo o a otro.

---

Revision #1

Created 1 February 2022 12:28:10 by Equipo CATEDU

Updated 1 February 2022 12:28:10 by Equipo CATEDU