

**FECHA:** 03 de mayo 20:00h en la sede

**ORGANIZADOR:** Jan Masferrer Trius – Director de Montaña.

**TEMAS A TRATAR:**

**1- Asistentes**

- Jan Masferrer Trius: Organizador
- Sandra Miranda
- Fabián Jara
- Maria Teresa Altieri
- Jorge Cartagena
- Paulo Pogolerow
- Jose Maria Mercy
- Gustavo Salvo
- Marcelo Muñoz
- Rubén Figueroa
- Danny Canro
- Daniel Melo (zoom)
- Omar Fuentes
- Natalia Miranda
- Luis Ávila
- Vanessa Offredi
- Rubén Figueroa
- Claudia Escarate
- Aritz Mancisidor
- Kenneth Owen

**2- Introducción a los 6.000's**

Se describió a grandes rasgos las implicancias y las características de las expediciones a cerros con altura igual o superior a 6.000, principalmente según:

- Tipología: técnicos / físicos / desnivel acumulado
- Preparación física: progreso físico y aclimatación
- Preparación psicológica: jornadas largas con mucho peso, frío extremo, desgaste, condiciones límite.
- Conocimiento de los compañeros: personalidad, aptitudes físicas y técnicas
- Organización de la salida: transporte, alimento, campamentos, equipo, etc...

### **3- Proyectos propuestos 3ª edición**

- Parinacota (6.342 m) + Pomerape (6.282 m) / 27 mayo al 2 junio / requiere conocimiento de progresión con crampones y piolet / indispensable aclimatación previa
- Sajama (6.542 m) / 5 al 9 junio, ambos incluidos / requiere conocimiento de progresión con crampones y piolet / indispensable aclimatación previa
- Ausangate (6.372 m) / 30 junio al 9 julio / requiere conocimiento de progresión con crampones y piolet hieleros, así como uso de cuerdas y aseguramiento en pendientes de 60° o más / se puede aclimatar en la zona
- Cerro de Olivares (6.216 m) / septiembre / no es necesario conocimiento de progresión con crampones y piolet / indispensable aclimatación previa
- Ojos del Salado (6.893 m) / segunda y tercera semana de noviembre / no es necesario conocimiento de progresión con crampones y piolet / se puede aclimatar en la zona
- Tupungato (6.570m) / 13 al 21 enero 2024 / requiere conocimiento de progresión con crampones y piolet / indispensable aclimatación previa en el Plomo 5-6-7 enero 2024.

➤ Adicional a lo anterior, considerar que es imprescindible tener buena condición física

### **4- Entrenamiento y Progresión**

- Identificar estado físico y conocimientos técnicos: cada persona debe reconocer su estado físico y planificar con anticipación un programa de entrenamiento.
- Definir programa de entrenamiento: se sugiere revisar el calendario oficial de salidas del club (<https://www.dav.cl/montanismo/>) para revisar los cerros propuestos para este año para calzar con las salidas del programa. Adicionalmente estar pendiente de la web y RRSS del DAV ante posibles salidas adicionales. En la Publicación oficial de las salidas se definirá según el caso la aclimatación previa.
- Definir programa de progresión: tomarse el tiempo de definir un calendario anual para reservar fechas para las expediciones y cerros de entrenamiento.
  - Considerar que la aclimatación es fundamental que sea como máximo con dos semanas de antelación a la fecha de la expedición, y que al menos una noche se duerma sobre los 4.000 m.
  - Se recomienda a aquellas personas que no han subido sobre los 6.000 m y con poca experiencia entre los 5.000-6.000 m, tomar cursos de alta montaña y progresión en glaciar. Así como también realizar más salidas sobre los 5.000m con la finalidad de ganar experiencia.

## **5- Logística**

Para cada expedición se definirá:

- Planificación de la salida y/o expedición (reuniones de coordinación previas/se publicará salida en la web 2 semanas antes de la fecha)
- Definición de la ruta
- Transporte de las personas y el equipo
- Carga y distribución del equipo
- Estado físico y conocimiento de los integrantes (preparación y compartir otros cerros previamente)

Saludos cordiales,

Jan Masferrer Trius  
Director de Montaña