

PREVENCIÓN DE RIESGOS - INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

1.- Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie.

2.- En el caso de los menores de edad, además, los clubes respectivos son los responsables de asignar a sus corredores al recorrido apropiado a su nivel físico y técnico, debiendo —en su caso— proceder a inscribirlos en categoría de iniciación o en recorridos fuera de competición.

3.- Una vez efectuada la evaluación de los riesgos específicos para esta prueba, a celebrarse el sábado 26 de Noviembre, se informa especialmente sobre lo siguiente:

- ¡ATENCIÓN: CARRETERA!

Los participantes en los recorridos 4, 5, 6 y 7 se ven obligados a cruzar una carretera. Se trata de una carretera asfaltada, sin arcenes, que soporta un nivel muy bajo de circulación en días y horas como los de la carrera. Debe evitarse en lo posible el tránsito por la carretera (los recorridos están trazados en ese sentido), recordando que todos los corredores están obligados a conocer y respetar las normas de circulación. Habrá personal habilitado por la organización, debidamente identificado, para reforzar la seguridad de todos.

- ¡ATENCIÓN: CANTERA!

Existe una cantera en el sentido de alguno de los recorridos (aunque ninguno de ellos la cruza). El símbolo de «cortado» es evidente en el mapa. Además, la parte de su perímetro más potencialmente peligrosa estará marcada con cinta de balizado en el terreno. Y habrá, también, personal habilitado por la organización, debidamente identificado, para reforzar la seguridad de todos.

- ¡ATENCIÓN: ZONAS ROCOSAS!

Mucho cuidado con las zonas rocosas (perfectamente identificadas en el mapa). Los recorridos tratan de evitar zonas potencialmente resbaladizas. Pero conviene utilizar calzado con buena suela que facilite el agarre, para evitar resbalones.

- ¡ATENCIÓN: RAMAS SUELTAS EN LAS LADERAS!

Se insiste en el calzado, para evitar resbalones (también se recomienda el uso de polainas). Hay mucha rama suelta en algunas laderas, que al estar mojada puede provocar caídas. Ojo aquí con la velocidad de carrera.

- ¡ATENCIÓN: MOTOS Y BICILETAS EN ALGUNAS ZONAS MUY CONCRETAS DEL MAPA!

Puede haber motociclistas y ciclistas practicando en zonas de rocas o circulando por los muchos caminos que cruzan el mapa. Los corredores debemos de extremar la precaución si coincidimos con ellos en la misma zona y les cedemos el paso dado que su velocidad de marcha es mayor y la capacidad de maniobra menor.