

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 22 de Septiembre del 2012, se informa especialmente sobre lo siguiente:

- ¡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.