EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA CARRERAS DE ORIENTACIÓN SPRINT y TRAIL-O

Campeonato Xunta de Galicia de TRAIL-O
3ª prueba VI Liga Gallega de Sprint
4ª prueba VI Liga Gallega de Sprint

Fecha: 23 y 24 de agosto de 2025

Lugar: Monteporreiro, Illa das Esculturas y Centro histórico (Pontevedra)

Nº participantes: Se espera una participación de en torno a 150 deportistas federados/as o con licencia de prueba.

Objeto de la Evaluación de Riesgos

El objeto de esta evaluación de riesgos es examinar todos los aspectos de la organización y planificación de la prueba, los peligros potenciales, las personas que podrían resultar afectadas, los procedimientos ya existentes y aquéllos que es necesario utilizar para minimizar los riesgos. Cubre áreas que el organizador, el trazador y —en su caso— el juez controlador, deberían considerar, de manera que no suponga una gran carga de trabajo adicional. Se pretende asegurar que todos los aspectos relevantes se consideren de una forma sistemática, para que no se olvide nada de ello.

Definiciones

Peligro: Estado o condición de inseguridad, con el potencial de ocasionar daños a los participantes o a terceros.

Evaluación de riesgos: Medida de la posibilidad de que un peligro en particular cause daño y de la gravedad del daño causado.

No es suficiente con realizar una evaluación e identificar peligros de alto riesgo (si los hubiera); deben llevarse a cabo las acciones para reducir el riesgo de tales peligros a un nivel aceptable.

Pasos para completar la evaluación de riesgos

La evaluación de riesgos deberá ser cubierta por el organizador, consultando con otro personal autorizado de la prueba. El juez controlador, en su caso, deberá revisarla. El organizador deberá guardar una copia de la evaluación de riesgos, que tendrá disponible en la prueba. Se publicará en el sitio web de información de la prueba.

1.- Examinar los peligros

Examinar la lista de peligros en la evaluación de riesgos y decidir el nivel de riesgo que dichos peligros plantean. Marcar aquéllos que concurran en la prueba. Pensar en qué otros peligros específicos puedan surgir en circunstancias particulares, y añadir detalles de ellos donde corresponda.

2.- Decidir qué medidas se van a utilizar para mitigar los peligros identificados

¿Qué precauciones se van a poner en marcha o ya se han puesto en marcha para mitigar los riesgos de los peligros identificados? Ejemplos de buenas prácticas se detallan en la tabla principal, y se deberían marcar aquéllas que vayan a utilizar. Se debería añadir cualquier otro item que se vaya a utilizar específicamente en la prueba. Hay que dar prioridad a aquellos riesgos que afecten a gran número de personas y/o puedan resultar en daños graves:

3.- Asignar responsabilidades

Las responsabilidades sobre cada una de las acciones identificadas son asignadas al equipo de la organización de la prueba, según el cuadro de “organización de la prueba y datos de contacto”.

La evaluación

Descripción de posibles riesgos, evaluación de los riesgos y medidas de seguridad: realizada por el coordinador de seguridad Javier Alvelo Fraguela en fecha 21/08/2025.

Firma:

Firmado por ALVELO FRAGUELA FRANCISCO JAVIER - ***0925** el día 21/08/2025 con un certificado emitido por AC FNMT Usuarios

Supervisión de la evaluación de riesgos: realizada por la directora ejecutiva Teresa Bellón Santos en fecha 22/08/2025.

Firma:

FORMULARIO PARA LA EVALUACIÓN DE RIESGOS

Grado de riesgo planteado por la fuente de peligro			Medidas para mitigar los riesgos	Acciones a realizar por
Riesgo bajo	**Riesgo medio**	**Riesgo alto**		**(nombre, en su caso)**
Terreno peligroso fuera de los recorridos ☐ Acantilados o canteras ☐ Valles profundos, pendientes pronunciadas, etc. ☒ Ríos, arroyos, agua estancada, etc. ☐ Zonas pantanosas ☐ Terreno rocoso o pedregoso ☐ Zonas militares (minas sin explotar, alambre de espino, etc.) ☐ Galerías mineras, cuevas, trabajos de minería, etc. ☐ Agujeros profundos ☐ Límites no obvios de la zona cartografiada ☐ Otros (especificar)	**Terreno peligroso paralelo a la dirección de los recorridos** ☐ Acantilados o canteras ☐ Valles profundos, pendientes pronunciadas, etc. ☐ Ríos, arroyos, agua estancada, etc. ☐ Zonas pantanosas ☐ Terreno rocoso o pedregoso ☐ Zonas militares (minas sin explotar, alambre de espino, etc.) ☐ Galerías mineras, cuevas, trabajos de minería, etc. ☐ Agujeros profundos ☐ Límites no obvios de la zona cartografiada ☐ Otros (especificar)	**Los recorridos cruzan por terreno peligroso** ☐ Acantilados o canteras ☐ Valles profundos, pendientes pronunciadas, etc. ☐ Ríos, arroyos, agua estancada, etc. ☐ Zonas pantanosas ☐ Terreno rocoso o pedregoso ☐ Zonas militares (minas sin explotar, alambre de espino, etc.) ☐ Galerías mineras, cuevas, trabajos de minería, etc. ☐ Agujeros profundos ☐ Límites no obvios de la zona cartografiada ☐ Otros (especificar)	☒ Recorridos trazados para evitar el terreno peligroso ☒ Recorridos apropiados al nivel de los participantes esperados ☐ Balizado con cinta de los puntos peligrosos ☐ Detalle de los riesgos en la información de la carrera ☐ Detalle de los riesgos sobreimpresionado en los mapas ☐ Avisos en la salida ☐ Puntos peligrosos señalados en el mapa como zonas prohibidas	-Trazador -Trazador

Existe un punto de paso seguro sobre los obstáculos de origen humano ☐ Cruce de carreteras ☐ Vías de tren ☐ Paso de vallas y muros ☐ Canales ☐ Otros (especificar)	**Los participantes deben cruzar obstáculos menores de origen humano** ☐ Cruce de carreteras ☐ Vías de tren ☐ Paso de vallas y muros ☐ Canales ☒ Otros (especificar) CALLES PEATONALES O CON TRÁFICO LENTO	**Los participantes deben cruzar obstáculos importantes de origen humano** ☐ Cruce de carreteras ☐ Vías de tren ☐ Paso de vallas y muros ☐ Canales ☐ Otros (especificar)	☒ Recorridos trazados para evitar los puntos peligrosos ☐ Preparar puntos de paso temporales ☐ Preparar puntos de paso cronometrados ☒ Vigilantes en los puntos de paso más críticos ☒ Información a los participantes ☐ Señalización de precaución para conductores	-Trazador -Coord. seguridad -Coord. seguridad
No hay otras actividades en la zona de carrera ☐ Trabajos forestales ☐ Motos ☐ Ciclistas ☐ Gente a caballo ☐ Tiro al plato ☐ Golfistas ☐ Otros (especificar)	**Hay otras actividades en partes acotadas de la zona de carrera** ☐ Trabajos forestales ☐ Motos ☐ Ciclistas ☐ Gente a caballo ☐ Tiro al plato ☐ Golfistas ☐ Otros (especificar)	**Hay otras actividades partes amplias de la zona de carrera** ☐ Trabajos forestales ☐ Motos ☒ Ciclistas, patinetes… ☐ Gente a caballo ☐ Tiro al plato ☐ Golfistas ☒ Otros (vehículos, peatones)	☐ Recorridos trazados para evitar las zonas definidas ☐ Carteles avisando a los otros usuarios de la zona antes de la prueba ☒ Información a los participantes ☐ Información en los mapas ☐ Avisos en la salida ☐ Otros (especificar)	-Coord. seguridad

No se esperan condiciones meteorológicas adversas ☐ Nieve, granizo, hielo ☒ Frío ☒ Viento ☒ Lluvia ☐ Sol y calor ☐ Oscuridad ☐ Otros (especificar)	**Es posible que haya condiciones meteorológicas adversas, pero la prueba no tiene lugar en la zona expuesta** ☐ Nieve, granizo, hielo ☐ Frío ☐ Viento ☐ Lluvia ☐ Sol y calor ☐ Oscuridad ☐ Otros (especificar)	**Es posible que haya condiciones meteorológicas adversas, y la carrera tiene lugar en la zona expuesta** ☐ Nieve, granizo, hielo ☐ Frío ☐ Viento ☐ Lluvia ☒ Sol y calor ☒ Oscuridad ☐ Otros (especificar)	☐ Se dispone de recorridos alternativos para mal tiempo, si fuera necesario ☒ Punto de primeros auxilios en carrera ☐ Obligatorio el uso de chubasquero y silbato ☐ Punto de avituallamiento con bebida ☒ Linternas y/o alumbrado disponible ☐ Criterios para la cancelación de la carrera ☐ Avituallamiento en zona de transición ☒ Avituallamiento en centro de competición	-Coord. seguridad -Coord. seguridad -Logística
Otros posibles factores de riesgo (bajo) ☒ Peligros eléctricos (ordenadores, generadores, etc.) ☐ Heridas producidas por bastones ☐ Perros ☐ Animales y ganado ☒ Peligros de tráfico (p.ej. entrada de aparcamiento, puntos de carga/descarga, buses, puntos de giro de vehículos) ☐ Otros (especificar)	**Otros posibles factores de riesgo (medio)** ☐ Peligros eléctricos (ordenadores, generadores, etc.) ☐ Heridas producidas por bastones ☐ Perros ☒ Animales y ganado ☐ Peligros de tráfico (p.ej. entrada de aparcamiento, puntos de carga/descarga, buses, puntos de giro de vehículos) ☐ Otros (especificar)	**Otros posibles factores de riesgo (alto)** ☐ Peligros eléctricos (ordenadores, generadores, etc.) ☐ Heridas producidas por bastones ☐ Perros ☐ Animales y ganado ☐ Peligros de tráfico (p.ej. entrada de aparcamiento, puntos de carga/descarga, buses, puntos de giro de vehículos) ☐ Otros (especificar)	☒ Personal habilitado con conocimientos y experiencia ☐ No se permite el uso de bastones (o, si se permite, con protectores) ☐ Balizado de zonas peligrosas) ☐ Consulta con la policía y propietarios sobre la gestión del tráfico ☒ Información a los participantes ☒ Se dispone de un plan de rescate ☐ Otros (especificar)	-Técnicos cronometraje -Coord. seguridad -Coord. seguridad

Organización y contactos

Organiza: Club Aromon Pontevedra Montañeiros A Roelo
Composición del equipo directivo:

- Directora de carrera: Teresa Bellón Santos (tf. 697 622 511)
- Director técnico: Ángel Álvarez Serto
- Coordinador de seguridad: Javier Alvelo Fraguela (tf. 630 437 762)
- Trazados: Pelayo García Acevedo y Manuel Varela Rivera
- Jueces de cronometraje: Ramón Fernández Torres
- Juez de salidas: Carlota Veiga García
- Logística: Manuel Beloso García
- Presidenta club AROMON: Mª del Carmen Iglesias Nieto
- Juez Controlador: Antonio Domínguez Portas

Emergencias

Ambulancia: Ambulancia contratada por la organización
Empresa: Ambulancias do Nordés S.L.. Tf.: 652395678

Hospitales:

Allianz

CUADRO MÉDICO - ACCIDENTES COLECTIVOS Y INDIVIDUALES

PROVINCIA	POBLACION	CENTRO	DIRECCION	CP	TEL
PONTEVEDRA	PONTEVEDRA	HOSPITALQUIRONSALUD MIGUEL DOMINGUEZ	Cl Fray Juan Navarrete, 9	36001	981219839

Hospital Quirón Salud Miguel Domínguez (Pontevedra): Tf.: 900 301 013

https://www.google.com/maps/place/Hospital+Quir%C3%B3nsalud+Miguel+Dom%C3%ADnguez/@42.4298247,-8.6437647,15.5z/data=!4m6!3m5!1s0xd2f71c8bffaa2bf:0x45ed8351c98fb537!8m2!3d42.4295443!4d-8.6421411!16s%2Fg%2F1tv25fb9?authuser=0&entry=ttu&g_ep=EgoyMDI1MDgxOS4wIKXMDSoASAFQAw%3D%3D

Medidas genéricas para reducir riesgos/tratar heridos

La siguiente lista es de medidas genéricas de prevención en materia de seguridad/asistencia médica, que podrían aplicarse a cualquiera de los peligros identificados. La gravedad del riesgo y el número de participantes en la prueba determinarán el nivel de cobertura requerido.

Heridas y enfermedades:

- **Durante la preparación de la prueba y recogida:**
  - Botiquín básico organización
- **Durante la prueba**
  - Centralizar la información a través del responsable de seguridad (Javier Alvelo 630437762) que informará al director de carrera.
  - Coordinador de emergencias médicas (ambulancia) decidirá junto con el responsable de seguridad y el director de carrera qué medidas/acciones serán necesarias.

Participantes perdidos:

- **Medidas preventivas:**
  - Información sobre trazados y seguridad en los boletines de la prueba.

- Recuento de tarjetas sportident y comprobación del sistema electrónico (Jueces de cronometraje).
- Repaso de la lista de salidas (Secretaría, Jueces de cronometraje)

- **Medidas correctivas:**
  - Organización de búsqueda con personal específico (Equipo de campo)
    - Centralizar la necesidad de búsqueda a través de la Directora de Carrera (Teresa Bellón).
    - El Coordinador de búsquedas (Responsable de seguridad: Javier Alvelo) decidirá qué medios de la organización serán necesarios. Disponibilidad de medios según cuadro inicial.
    - El Coordinador de búsquedas (Javier Alvelo) puede valorar comunicar incidencia al 112 a través de la Directora de Carrera (Teresa Bellón).
  - Lista de teléfonos de contacto del personal autorizado principal, según el cuadro de organización de la prueba y datos de contacto.

Seguros

Pólizas de accidentes:

-Tomador: **FEDO**. Compañía aseguradora: **Allianz**. Nº de póliza: **042728618**

Se entiende por accidente deportivo a efectos de esta póliza, el sufrido por los asegurados con ocasión del ejercicio de la actividad deportiva objeto de la póliza, en el cual se produce una lesión para el deportista, sin patología ni alteración anatómica previa. Se incluyen exclusivamente los ocurridos durante la celebración de una competición o actividad deportiva, entrenamiento o desplazamiento, debidamente programada y organizada o dirigida por la federación, club u organismo deportivo, excluyéndose por tanto la práctica privada de dicho deporte.

Están asegurados los deportistas, entrenadores, encargados de material, preparadores, fisioterapeutas, ATS, médicos, delegados y árbitros dados de alta en la Federación que contrata la póliza.

Póliza accidentes:
https://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/licencias/2024/seguro-deportivo/Poliza-Allianz-Fed-Esp-Orient-SP.pdf

Anexo póliza:
https://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/licencias/2024/seguro-deportivo/Anexo-poliza-42728618-FEDO.pdf

Protocolo de actuación en caso de accidente:
https://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/licencias/2024/seguro-deportivo/Protocolo-de-actuacion-en-caso-de-accidente-deportivo-Allianz-FEDO.pdf

Modelo parte de accidente:
https://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/licencias/2024/seguro-deportivo/Parte-allianz-FEDO.pdf

-Tomador: **XUNTA DE GALICIA** (Seguro Xogade 6-16). Compañía aseguradora: **Surne**. Nº de póliza: **20221220319109**

La Secretaría General para el Deporte facilita un seguro deportivo a todos los deportistas federados de 6 a 16 años independientemente de su modalidad deportiva como medida para apoyar el deporte de base y el compromiso por la promoción de la actividad físicodeportiva y los hábitos saludables. La

inscripción de los deportistas en este seguro es realizada por las diferentes federaciones en el momento de tramitación de la licencia, a través de la página web de Xogade.

Póliza accidentes:
https://xogade.xunta.gal/adjuntos/documentos/16_2_p.pdf
Protocolo de actuación en caso de accidente:
https://xogade.xunta.gal/adjuntos/documentos/9_2_proto.pdf

-Tomador: **CLUB AROMON** (Seguro Innominados). Compañía aseguradora: **Mutua General de Seguros**. Nº de póliza: **51267408**

Cobertura: Actividades lúdico deportivas de aire libre organizadas por el club Aromon excluídas las aéreas. Asegurados 40 participantes por actividad todos los días del año. Pudiendo superar este número hasta un total de 4 actividades anuales. Este seguro dará cobertura a los participantes inscritos en la actividad de "Ponteverán"

Póliza accidentes:
https://www.dropbox.com/scl/fi/tyjshowamkaaudry74mi4/Seguro-ACCIDENTES-MGS-innominados-poliza-51267408.pdf?rlkey=qojblhzlgg0qmrdxdh1a50g3y&dl=0
Protocolo de actuación en caso de accidente:
https://www.dropbox.com/scl/fi/g1caquoozq6rj3ph5bu2y/Seguros-DATOS-n-poliza-e-protocolo-actuacion.pdf?rlkey=l2vh4n19t3khvbybq6lk20gve&dl=0

Póliza de responsabilidad civil

-Tomador **FEDO.** Compañía aseguradora: **Markel Insurance**. Nº de póliza: **020S00016-RCG**
Condiciones generales:
https://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/licencias/2023/seguro-deportivo/020S00016-RCG-Condiciones-Generales.pdf
Condiciones particulares:
https://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/licencias/2024/seguro-deportivo/FEDO-RC-Condiciones-Particulares.pdf

Póliza de responsabilidad medioambiental

-Tomador: **FEDO.** Compañía aseguradora: **Zurich**. Nº de póliza: **00000135056901**
Póliza de responsabilidad medioambiental:
https://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/licencias/2024/seguro-deportivo/POL-00000135056901-FEDO-M-AMBIENTE.pdf

Previsión meteorológica

METEORED tiempo.com

El Tiempo en...

Pontevedra
Pontevedra

14:00		31°	**Soleado** Sensación T. 30°		**Suroeste** 10 - 27 km/h	**7 Alto** FPS: 15-25
17:00		28°	**Soleado** Sensación T. 28°		**Oeste** 13 - 35 km/h	**5 Medio** FPS: 6-10
20:00		24°	**Soleado** Sensación T. 25°		**Oeste** 5 - 32 km/h	**0 Bajo** FPS: no
23:00		18°	**Cielo despejado** Sensación T. 18°		**Suroeste** 2 - 14 km/h	**0 Bajo** FPS: no

Sábado, 23 de agosto PDF

Fotoprotección (FPS): Más información

11:00		19°	**Parcialmente nuboso** Sensación T. 19°		**Noroeste** 2 - 12 km/h	**2 Bajo** FPS: no
14:00		26°	**Nubes y claros** Sensación T. 27°		**Noroeste** 10 - 29 km/h	**6 Alto** FPS: 15-25

Domingo, 24 de agosto PDF

Fotoprotección (FPS): Más información