

EVALUACIÓN DE RIESGOS 8ª PROBA

XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

FORGOSELO |

Distancia longa | Deporte de Orientación | Liga Galega 2023

EVALUACIÓN DE RIESGOS

Evaluación de Riesgos para Carrera de Orientación a Pie –
8ª Prueba XXXII Liga Gallega de Carreras de Orientación a Pie
16 septiembre 2023

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.

Nombre de la prueba:	8ª PRUEBA XXXII LIGA GALLEGA DE CARRERAS DE ORIENTACIÓN A PÉ	Fecha de la prueba:	16 SEPTIEMBRE 2023
Lugar de la prueba:	FORGOSELO SUROESTE A CAPELA, A CORUÑA)	Número esperado de participantes:	260 FEDERADOS o con licencia de día 11 FPO
Evaluación efectuada por:	Evaluación enviada a		
JORGE PIÑEIRO Técnico Superior en Prevención de Riscos Laborais. INGAFOR (año 2009) Especialidade en Seguridade. Especialidade en Ergonomía e Psicosocioloxía aplicada Especialidade en Hixiene Industrial.	ALFONSO MANCERA Sección Orientación Ártabros ALBERTO TABERNERO Juez Controlador FEGADO		
Fecha: 15-09-2023	Firma	15-09-2023	Firma

EVALUACIÓN DE RIESGOS 8ª PROBA

XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

FORGOSELO | Distancia longa | Deporte de Orientación | Liga Galega 2023

Organización de la prueba y datos de contacto

	Nombre	Número de contacto
Equipo organizador	Sociedad de Montaña Ártabros	<p>Director de prueba: Jorge Piñeiro Apoyo dirección de prueba: Santiago Traveso</p> <p>Sección Orientación Ártabros: Alfonso Mancera Responsable trazados: Javier Sevilla Gómez</p> <p>Jueces de cronometraje (obligatoriamente 2): Alfonso Mancera y Malena Ponte</p> <p>Responsable secretaría: Malena Ponte Juez salidas cat. oficiales : Miguelón López (-1) Apoyo salidas Jacob Canedo y Alejandro Mancera (-3); María Piñeiro (-2).</p> <p>Responsable salidas cat. INI: Luis Couceiro y Rocío Fuertes Juez de meta Antonio Gómez Apoyo meta Santi Riestra y Santiago Traveso (coord. partes de accidente). Responsable centro competición Benjamín Roca Equipo colocación balizas en campo: María Piñeiro Jorge Piñeiro Santi Riestra Javier Sevilla Santi Traveso Alejandro Macera Ponte Antonio Gómez Juan Roibás</p> <p>Juez Controlador (FEGADO): Alberto Tabernero Reboredo</p> <p>Otros miembros del Jurado Técnico Teresa Bellón Santos (AROMON) Alberto Arufe (LICEO)</p> <p>Jueces Auxiliares (móvil en campo) Javier Sevilla Estará en mapa Jorge Piñeiro Centraliza emergencias desde zona meta María Piñeiro Estará en mapa al finalizar salidas Alejandro Mancera Estará en mapa al finalizar salidas Antonio Gómez Juez de meta Martín Morales Estará en mapa Juan Roibás Estará en mapa</p> <p>Presidenta FEGADO: Sonia Gómez Naya Vocal Orientación a Pie: Pablo Aller</p>

Emergencias	Ambulancia medicalizada CRUZ ROJA VILALBA contratada por la organización	Coordinador emergencias: AMBULANCIA A27.3 Iván Teléfonos de emergencia 610 203 517 Coordinador AMBULANCIA (Carlos 620 218 127)
Servicios de Urgencias	Servicio Galego de Saúde	SERGAS As Pontes de García Rodríguez 981 33 46 99

EVALUACIÓN DE RIESGOS 8ª PROBA

XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

FORGOSELO | Distancia longa | Deporte de Orientación | Liga Galega 2023

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 entregará una copia a todo el personal autorizado con tareas de responsabilidad asignadas.

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 concurren 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 ítem 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

La responsabilidad 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".

EVALUACIÓN DE RIESGOS 8ª PROBA

XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

FORGOSELO

| Distancia longa | Deporte de Orientación | Liga Galega 2023

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:
 - o Botiquín básico organización.
- Durante la prueba:
 - o Centralizar la información a través del director de prueba (Jorge Piñeiro)
 - o Coordinador de emergencias médicas (ambulancia), quien decidirá junto con el director de la prueba qué medios/acciones serán necesarias.
- Centros médicos públicos más cercanos (Centro Saúde As Pontes)

+ CENTRO SAUDE AS PONTES SERVIZO DE URXENCIAS

Enderezo: CALLE SAUDE S/N, 15320 PONTES DE GARCIA RODRIGUEZ AS

Teléfono: 981334699

Coordenadas: 43° 27' 13" N 7° 51' 11" O

[Enviar sugerencia o error](#)

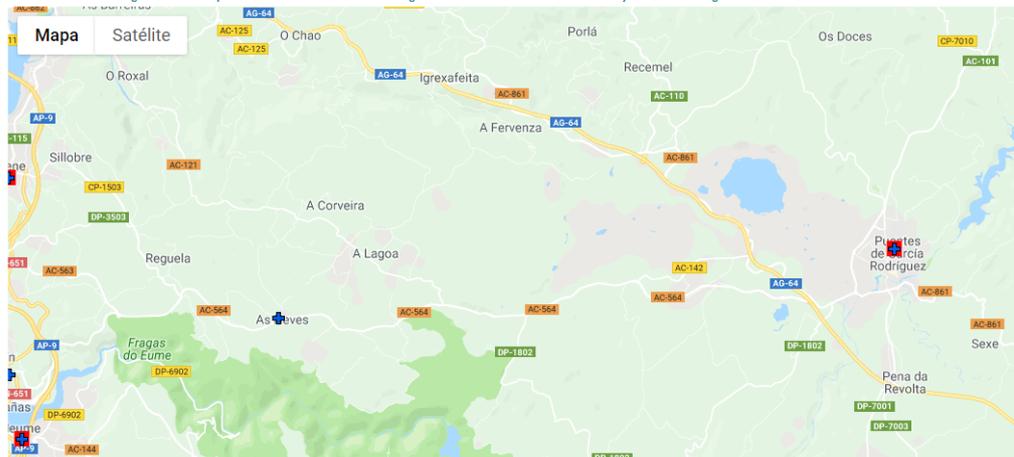


Mapa de los servicios sanitarios de Galicia

[Ver en Google Earth](#)

Buscar un lugar

- Hospitales y centros de especialidades
- Centros de salud
- Farmacias
- Servicios de urgencias en A. Especializada
- Servicios de urgencias en A. Primaria
- Puntos fijos donación sangre



EVALUACIÓN DE RIESGOS 8ª PROBA

XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

FORGOSELO | Distancia longa | Deporte de Orientación | Liga Galega 2023

Participantes perdidos

a) Medidas preventivas:

- Información sobre trazados y seguridad en los boletines de la prueba.
- Recuento de tarjetas sportident y comprobación del sistema electrónico (Alfonso Mancera y Malena Ponte). Repaso de la lista de salidas: Miguelón Pérez López

b) Medidas correctivas:

- Organización de búsqueda con personal específico (condicionada por cobertura)
 - o Centralizar la necesidad de búsqueda a través del Director de Prueba (Jorge Piñeiro).
 - o Coordinador de búsquedas (Javier Sevilla), quien decidirá qué medios de la organización serán necesarios. Disponibilidad de medios según cuadro inicial.
 - o Coordinador de búsquedas (Javier Sevilla) puede valorar comunicar incidencia al 112 a través del Director de Prueba (Jorge Piñeiro).
- Llista de teléfonos de contacto del personal autorizado principal, según el cuadro de "organización de la prueba y datos de contacto".

EVALUACIÓN DE RIESGOS 8ª PROBA

XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

FORGOSELO | Distancia longa | Deporte de Orientación | Liga Galega 2023

PÓLIZAS EXISTENTES

Póliza de accidentes

- <https://www.fedo.org/web/licencias/seguro-deportivo>
- Póliza ALLIANZ Accidentes Colectivo N° 042728618 **913 343 293**
- TOMADOR: FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES DE ORIENTACIÓN G83774109
- OBJETO DEL SEGURO:
 - *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 (página 4 de 24).*
- ASEGURADOS: *Los deportistas, entrenadores, encargados de material, preparadores, fisioterapeutas, ATS, médicos, delegados y árbitros dados de alta en la Federación que contrata la póliza (página 4 de 24).*

Póliza de responsabilidad civil

[\[ver CONDICIONES GENERALES\]](#)

[\[VER CONDICIONES PARTICULARES\]](#)

- Póliza de Responsabilidad Civil General Markel Insurance SE
- AÑÓ & LOZANO, GESTIÓN DE RIESGOS, S.L.
- TOMADOR: FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES DE ORIENTACIÓN G83774109 (pág. 1 de 19 Cond. Part.)
- ASEGURADO: FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES DE ORIENTACIÓN G83774109 (pág. 1 de 19 Cond. Part.)

Póliza Xunta XOGADE (niños federados de 6 a 16 años)

[\[PROCEDIMIENTO DE XESTIÓN DE ACCIDENTES XOGADE\]](#)

- Telf. COMUNICACIÓN Y APERTURA EXPEDIENTE: **91 737 28 18**
- ECorreo COMUNICACIÓN Y APERTURA EXPEDIENTE: www.depor-xogade.com
- PROTOCOLO ANTE UN ACCIDENTE DEPORTIVO
- EN CASO DE URXENCIA VITAL os asegurados poden acudir ao servizo de emerxencias máis próximo y comunicarán o accidente antes de 24 horas.
- EN CASO DE NON URXENCIA VITAL: cubrirán a comunicación de accidente antes de acudir ao centro sanitario que lle indique a aseguradora. En ningún caso estarán cubertos os incidentes non notificados. Para a certificación posterior teñen 7 días desde o do accidente.
-

INVENTARIO, ANÁLISIS Y 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)
<p>Terreno peligroso fuera de los recorridos</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Acantilados o canteras <input checked="" type="checkbox"/> Valles profundos, pendientes pronunciadas, etc. <input checked="" type="checkbox"/> Ríos, arroyos, agua estancada, etc. <input checked="" type="checkbox"/> Zonas pantanosas <input checked="" type="checkbox"/> Terreno rocoso o pedregoso <input type="checkbox"/> Zonas militares <input checked="" type="checkbox"/> Galerías mineras, cuevas, etc. Agujeros profundos <input checked="" type="checkbox"/> Límites no obvios de la zona cartografiada 	<p>Terreno peligroso paralelo a la dirección de los recorridos</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Acantilados o canteras <input checked="" type="checkbox"/> Valles profundos, pendientes pronunciadas, etc. <input checked="" type="checkbox"/> Ríos, arroyos, agua estancada, etc. <input checked="" type="checkbox"/> Zonas pantanosas <input checked="" type="checkbox"/> Terreno rocoso o pedregoso <input type="checkbox"/> Zonas militares <input type="checkbox"/> Galerías mineras, cuevas, etc. Agujeros profundos <input checked="" type="checkbox"/> Límites no obvios de la zona cartografiada 	<p>Los recorridos cruzan por terreno peligroso</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Acantilados o canteras <input checked="" type="checkbox"/> Valles profundos, pendientes pronunciadas, etc. <input checked="" type="checkbox"/> Ríos, arroyos, agua estancada, etc. <input checked="" type="checkbox"/> Zonas pantanosas <input checked="" type="checkbox"/> Terreno rocoso o pedregoso <input type="checkbox"/> Zonas militares <input type="checkbox"/> Galerías mineras, cuevas, etc. Agujeros profundos <input checked="" type="checkbox"/> Límites no obvios de la zona cartografiada 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Recorridos trazados para evitar el terreno peligroso. <p style="color: red;">Los elementos infranqueables están representados en los mapas. Para mayor legibilidad se exige a imprenta que destaque más los afloramientos rocosos.</p> <p style="color: red;">Los trazados ofrecen rutas alternativas cuando hay presencia de elementos infranqueables como cortados (aplica también a piedras y grupos de piedras). Las balizas se colocan, en su caso, al pie de los elementos para evitar que los deportistas se asomen a su parte alta. Se identifican 12 cortados (9 de ellos con altura igual o superior a 2 m) y 11 piedras/grupo piedras (4 de ellas con altura igual o superior a 2 m)</p> <p style="color: red;">Trazados de categorías INI y FM12/14 a lo largo de elementos lineales en terrenos semi-abiertos. Puntos en parte baja de elementos rocosos (siempre accesibles y muy a la vista).</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Recorridos apropiados al nivel de los participantes esperados. Responsabilidad de los clubs a la hora de asignar corredores/as a un recorrido apropiado. <input type="checkbox"/> Balizado con cinta de los puntos peligrosos <input checked="" type="checkbox"/> Detalle de los riesgos en la información de la carrera. Adjunto web. <input type="checkbox"/> Detalle de los riesgos sobreimpresionado en los mapas <input type="checkbox"/> Avisos en la salida 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Trazador de los recorridos <p style="color: red;">Información en los boletines de distancias y desniveles. Publicación de comentarios del trazador.</p> <p style="color: red;">Exigir la colocación de la descripción de control en <u>texto</u> en las categorías INI y FM12. También leyenda.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Colocadores de balizas <p style="color: red;">Instrucciones de colocación de balizas visibles, especialmente en las categorías INI y 12/14/16</p>

<p>Existe un punto de paso seguro sobre los obstáculos de origen humano</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Cruce de carreteras <input type="checkbox"/> Vías de tren <input checked="" type="checkbox"/> Paso de vallas y muros <input type="checkbox"/> Canales <input type="checkbox"/> Otros (especificar) 	<p>Los participantes deben cruzar obstáculos menores de origen humano</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Cruce de carreteras <p><i>Pistas forestales de baja intensidad de uso.</i></p> <p><i>Zonas de aparcamiento, entrada y salida, maniobras, etc. en Centro de Competición y espacio de salida/meta.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Vías de tren <input type="checkbox"/> Paso de vallas y muros <input type="checkbox"/> Canales <input type="checkbox"/> Otros (especificar) 	<p>Los participantes deben cruzar obstáculos importantes de origen humano</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Cruce de carreteras <input type="checkbox"/> Vías de tren <input type="checkbox"/> Paso de vallas y muros <input type="checkbox"/> Canales <input type="checkbox"/> Otros (especificar) 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Recorridos trazados para evitar los puntos peligrosos. <p><i>Solamente se utilizan pistas forestales de baja intensidad.</i></p> <p><i>Las elecciones de rutas pueden utilizar pistas forestales de baja o nula intensidad.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Preparar puntos de paso temporales <input type="checkbox"/> Preparar puntos de paso cronometrados <input checked="" type="checkbox"/> Vigilantes (jueces auxiliares) en carrera <p><i>Mínimo de (7). Existe relación de personas que asumirán funciones de evacuación de deportistas en problemas.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Información a los participantes <input type="checkbox"/> Otros (especificar) 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Trazador de los recorridos <p><i>Salida en pista forestal de baja intensidad.</i></p> <p><i>Exite zona de calentamiento suficiente.</i></p> <p><i>Meta ubicada en entorno antropizado (interior de área recreativa vallada).</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Personal habilitado de seguridad <p><i>Debe existir un tramo sin vehículos estacionados frente al centro de competición/SPORTident.</i></p> <p><i>Reserva de espacio para ambulancia en zona META.</i></p> <p><i>Debe existir un tramo sin vehículos estacionados en zona de salida y meta.</i></p> <p><i>Precaución en las circulaciones de vehículos (serán las imprescindibles y a velocidad segura) en estos tramos (zonas de salida y zona de meta).</i></p>
<p>No hay otras actividades en la zona de carrera</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Trabajos forestales <input type="checkbox"/> Motos <input type="checkbox"/> Ciclistas <input checked="" type="checkbox"/> Gente a caballo <input checked="" type="checkbox"/> Tiro al plato <input checked="" type="checkbox"/> Golfistas <input type="checkbox"/> Otros (especificar) <p><i>Cazadores</i></p> <p><i>Adiestramiento perros Advertidos COTOS.</i></p>	<p>Hay otras actividades en partes acotadas de la zona de carrera</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Trabajos forestales <input type="checkbox"/> Motos <input type="checkbox"/> Ciclistas <input type="checkbox"/> Gente a caballo <input type="checkbox"/> Tiro al plato <input type="checkbox"/> Golfistas <input type="checkbox"/> Otros (especificar) 	<p>Hay otras actividades partes amplias de la zona de carrera</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Trabajos forestales <p><i>Posible, pero no en días previos. Se avisa a AVV Monte Forgoselo.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Motos <p><i>Paso puntual por pistas.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Ciclistas <p><i>Paso puntual por pistas.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Gente a caballo <input type="checkbox"/> Tiro al plato <input type="checkbox"/> Golfistas <input type="checkbox"/> Otros (especificar) <p><i>Uso ganadero. (animales sueltos)</i></p> <p><i>Personas recogiendo setas</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Recorridos trazados para evitar las zonas definidas <input type="checkbox"/> Carteles avisando a los otros usuarios de la zona antes de la prueba. <input checked="" type="checkbox"/> Información a los participantes <input type="checkbox"/> Información en los mapas <input checked="" type="checkbox"/> Avisos en la salida <p><i>Si se detecta algo extraordinario el día de la prueba.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Otros (especificar) <p><i>Comunicación de la actividad al Servizo de Montes, a las CMVMC y al Puesto de la Guardia Civil de As Pontes de García Rodríguez.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Vocal de Orientación <p><i>Contacta con los TECORES (2), Concello de A Capela y Federación Galega de Caza (emergencia cinegética y se facilita contacto de director de prueba) para asegurarse de la no existencia de batidas.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Trazador de los recorridos <input checked="" type="checkbox"/> Juez de salidas <p><i>Salidas INI debe informar de la posibilidad de existencia de animales sueltos (vacas, caballos) en la zona de los recorridos. Son corredores sin experiencia y deben ser informados.</i></p>

<p>Se esperan condiciones meteorológicas adversas</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nieve, granizo, hielo <input type="checkbox"/> Frío <input type="checkbox"/> Viento <input checked="" type="checkbox"/> Lluvia <p>Aviso AEMET meteorológico NO A Coruña</p> <p>De 14 a 19:59 precipitación acumulada 15 mm</p> <p>riesgo de tormenta</p> <p>Salida último corredor cat. of 11:46</p> <p>Salida último corredor cat. INI 12:30 (valorar)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sol y calor. <input type="checkbox"/> Oscuridad <p>Amanece 8:12</p> <p>Ocaso 20:41</p> <p>Equipo de colocación de balizas debe llevar linterna, móvil y manta térmica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Otros (especificar) <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Niebla <p>Incierto en Forgoselo</p>	<p>Es posible que haya condiciones meteorológicas adversas, tramos no expuestos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nieve, granizo, hielo <input type="checkbox"/> Frío <input type="checkbox"/> Viento <input checked="" type="checkbox"/> Lluvia <input checked="" type="checkbox"/> Sol y calor <p>Distancia larga sin avituallamiento durante la carrera. Boletín informa.</p> <p>Previsión de 23°C de máxima y 14°C de mínima</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Oscuridad <input type="checkbox"/> Otros (especificar) <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Niebla 	<p>Es posible que haya condiciones meteorológicas adversas, tramos expuestos</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nieve, granizo, hielo <input type="checkbox"/> Frío <input checked="" type="checkbox"/> Viento <p>Caída de ramas y objetos. Vientos de 15 km/h del SUR</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Lluvia <input checked="" type="checkbox"/> Sol y calor <p>Distancia larga sin avituallamiento durante la carrera.</p> <p>Previsión de 22°C de máxima y 14°C de mínima</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Oscuridad <input type="checkbox"/> Otros (especificar) <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Niebla <p>Afectará con mayor probabilidad a los primeros corredores. Habrá 7 jueces auxiliares en campo con chaleco reflectante y móvil.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Se dispone de recorridos alternativos para mal tiempo <input checked="" type="checkbox"/> Punto de primeros auxilios en carrera <p>Ambulancia (debe permanecer en carrera) Ubicada en zona de salida/meta Se verifica la cobertura móvil MOVISTAR Dirección de Carrera estará en este punto</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Obligatorio el uso de chubasquero <input checked="" type="checkbox"/> Punto de avituallamiento con bebida <p>En zona de meta</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Linternas y/o alumbrado disponible <p>Equipo de colocación de balizas debe llevar linterna, móvil y manta térmica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Criterios para la cancelación de la carrera <p>Se evaluará el riesgo de incendio en el mismo día de la prueba a través del IRDI, sometándose a las condiciones de la autorización (los concello no están declarados como de riesgo alto).</p> <p>Se evaluarán alertas meteorológicas y/o prohibiciones de actividades al aire libre en el mismo día de la prueba.</p> <p>Presencia de cazadores sobre el terreno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Otros (especificar) 	<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> Director de la carrera <input checked="" type="checkbox"/> Juez de salidas
---	---	---	--	---

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)

Picaduras garrapatas
 Picaduras avispas/abejas
 Especies cinegéticas
 Especies no cinegéticas

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/búsqueda: coordinador y zonas asignadas. Presencia de ambulancia.
- Otros (especificar)

Previsiones meteorológicas

Predicción a curto prazo para A Capela												
	venres, 15 de setembro			sábado, 16 de setembro			domingo, 17 de setembro			luns, 18 de setembro		
	Evolución			Evolución			Evolución			Evolución		
	Mañá	Tarde	Noite	Mañá	Tarde	Noite	Mañá	Tarde	Noite	Mañá	Tarde	Noite
Estado do ceo												
POR HORAS												
Vento	↑	→	VAR	↙	↙	↙	↑	↑	↗	↗	→	⊙
Ocurrencia chuvia	5%	5%	5%	55%	45%	55%	55%	55%	55%	80%	65%	25%
Temperatura(°C)	MIN MAX 17° 23°			MIN MAX 16° 22°			MIN MAX 15° 21°			MIN MAX 15° 20°		
UV Máximo	5			5			5			5		
Avisos Meteo	■			■			-			-		
Calidade aire	■			■			■			-		
Comentario	<p>Ceos con nubes e claros en xeral durante os vindeiros días. Agárdanse precipitacións o sábado, o domingo e o luns, que poderán ser treboentas o sábado pola tarde. As temperaturas serán altas para as mínimas e normais para as máximas respecto ó habitual nesta época do ano, con mínimas en descenso lixeiro e máximas en descenso moderado.</p> <p>No referido á calidade do aire, manterase a un nivel favorable en xeral.</p>											
Actualización	15/09/2023 09:00			15/09/2023 10:00			15/09/2023 11:00			15/09/2023 11:00		

Orixe dos datos: As previsións deste apartado son elaboradas polo equipo de Predicción Operativa de MeteoGalicia excepto a información de calidade do aire que se elabora automaticamente a partir da execución de modelos numéricos.

Predicciones a corto plazo A Capela (Fuente: METEOGALICIA, 15 septiembre 2023)

Capital: Neves, As (altitud: 389 m)

Latitud: [43° 26' 7" N](#) - Longitud: [8° 4' 7" O](#) - Posición: [Ver localización](#)

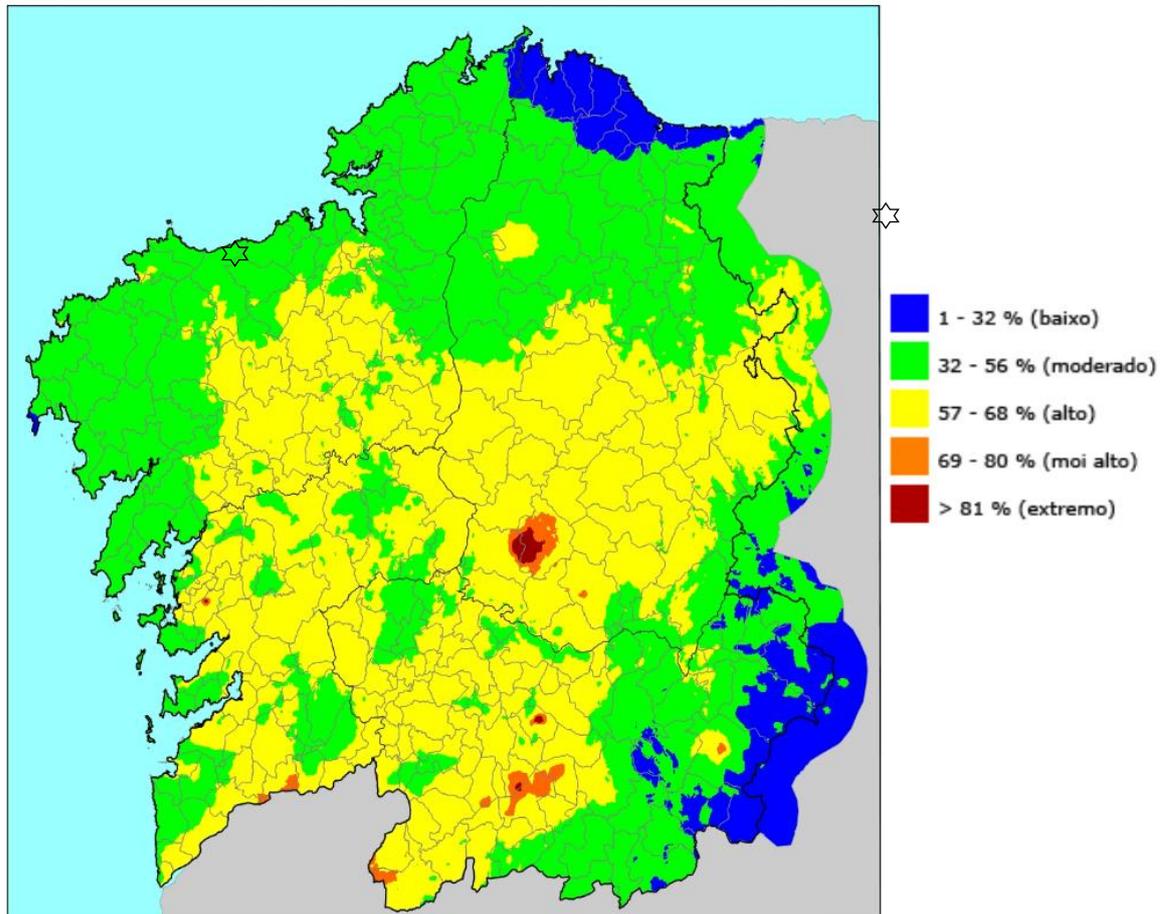
Zona de avisos: Interior de A Coruña

Descargar XML de la predicción detallada de Capela, A [XML](#)

vie. 15			sáb. 16				dom. 17		lun. 18		mar. 19	mié. 20	jue. 21	
06-12 h	12-18 h	18-24 h	00-06 h	06-12 h	12-18 h	18-24 h	00-12 h	12-24 h	00-12 h	12-24 h				
22°C	19°C	15°C	15°C	22°C	19°C	15°C								
Probabilidad de precipitación														
35%	100%	10%	55%	90%	95%	45%	40%	95%	100%	80%	80%	65%	100%	
Cota de nieve a nivel de provincia (m)														
Temperatura mínima y máxima (°C)														
14 / 24			14 / 23				14 / 22		14 / 19		12 / 20	12 / 20	13 / 18	
Dirección y velocidad del viento (km/h)														
SO 10	O 5	C 0	SE 5	S 15	N 5	S 5	SE 25	S 25	SO 25	O 20	O 10	SO 25	O 25	
Índice ultravioleta máximo														
5			5				5		5		6			
Avisos. Interior de A Coruña														
●			●				●							

Predicciones por municipios A Capela (Fuente: AEMET, 15 septiembre 2023)

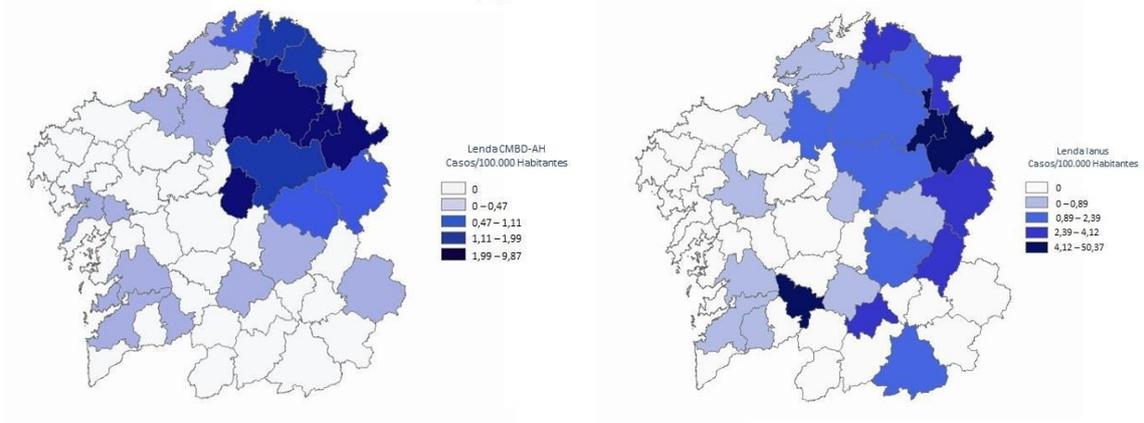
IRDI (Índice de Riesgo Diario de Incendios)



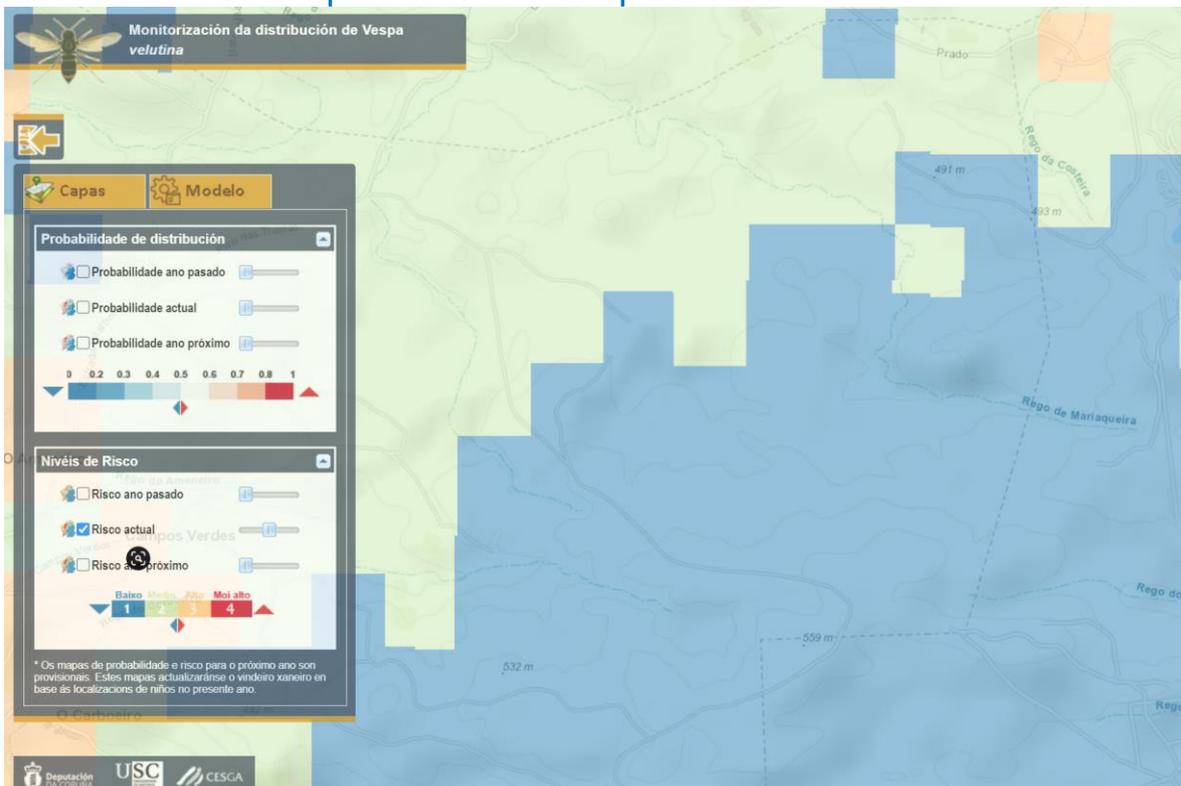
Actualizado el Viernes, 15 de Septiembre de 2023 a las 09:45

ÍNDICE DE RISCO DIARIO DE INCENDIOS (IRDI)

Anotaciones sobre la enfermedad de Lyme



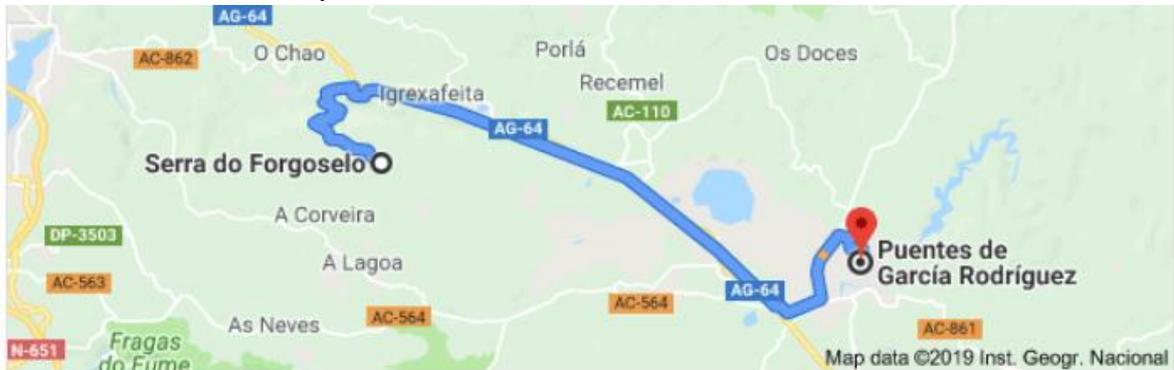
Anotaciones sobre presencia de avispa asiática



Niveis de riesgo en la zona de carrera (Fuente: CESGA, 15 septiembre 2023)

Información complementaria sobre distancia a hospitales

PAC As Ponte de García Rodríguez



27 min (26,7 km) por AG-64

 Cómo llegar

Hospital Arquitecto Marcide (FERROL)

-  Serra do Forgoselo, 15613,, Unnamed Road, 15881 Boqueixón, C
-  Hospital Arquitecto Marcide, Av. da Residencia, S/N, 15405 Ferrol, La Coruña



26 min (25,8 km) por AG-64

 Cómo llegar