

FICHA DE SEGURIDAD DE LA ACTIVIDAD

Denominación RUTA DE CARMONITA

Fecha de Realización 16-5- 2021

Características Según sistema MIDE

| | | | |
|--|-----------------|---------------------------------|----------|
| Horario MIDE | 5h 27 h | Severidad del medio | 1 |
| Desnivel de subida | 560m | Orientación en el itinerario | 2 |
| Desnivel de bajada | 560 m | Dificultad en el desplazamiento | 2 |
| Distancia horizontal | 17,18 Km | Cantidad de esfuerzo necesario | 3 |
| Tipo de recorrido | Circular | | |
| Condiciones todo el año, tiempo estimado según criterio MIDE, sin paradas Calculado sobre datos 2021 | | | |

Clasificación 1-5 2

Previsión tiempo criterio club 5h

Previsión de lluvias 0% AEMET

Previsión de temperatura 12-27°C AEMET

Alertas meteorológicas Ninguna AEMET

Nivel de peligro de incendios bajo AEMET

Responsables y función. Dirección de ruta José María Reyes

Seguridad en ruta José María Reyes

Responsable auxiliar Pilar Gragera Vázquez

| Riesgo | probabilidad | Severidad | Grado | Medidas |
|--------------------------------|---------------------|------------------|--------------|--|
| Extravío | Raro | menor | Bajo | Agrupaciones periódicas, comunicaciones aseguradas, incluir supervisión intermedia |
| Golpes de calor | Raro | menor | Bajo | Botiquín |
| Hipotermia | Raro | menor | Bajo | Obligatorio una capa de abrigo (polar ,térmica o cortaviento) |
| Caídas al mismo nivel | Raro | menor | Bajo | Obligatorio calzado adecuado, Moderar el ritmo del grupo en las zonas de riesgo |
| Caídas a distinto nivel | Raro | media | Moderado | Obligatorio calzado adecuado, Moderar el ritmo del grupo en las zonas de riesgo distancia de seguridad entre participantes, evitar agrupaciones en zona de riesgo .No se han identificado zonas de especial riesgo |
| Golpes | Posible | Menor | Moderado | Advertencia de riesgo en zonas fuera de sendero |
| Caída de objetos | Raro | insignificante | Bajo | No hay que tomar medidas especiales |
| Atropellos | Raro | media | alto | Advertir de la existencia del riesgo distancia de 4 metros entre participantes , no agrupar en carretera, en la carretera siempre por la izquierda en fila india y cabeza y escoba bien visible |
| Picaduras | Improbable | mayor | alto | Se prevé actividad de insectos precaución especial en caso de alérgicos a las picaduras. En caso de encontrarse perros o ganado suelto proceder en grupo intentando rodear el peligro. |
| Mordeduras | | | | |
| Envenenamiento | | | | |
| Electrocución | Raro | catastrófico | Alto | No se ha identificado ninguna zona de riesgo de electrocución. No se prevén tormentas por lo que no se toman medidas especiales |
| Quemaduras | Raro | insignificante | Bajo | Obligatorio protección solar |
| infarto | Raro | catastrófico | alto | Recordar necesidad de estar en buen estado de salud y forma física y abstenerse de participar personas con enfermedades cardiorrespiratorias |
| Heridas | Raro | menor | Bajo | Advertencia de riesgo en zonas quemadas o donde sea necesario atravesar vegetación frondosa o fuera de sendero Incluir botiquin con desinfectante |
| Bajadas de azúcar | Improbable | menor | Bajo | Incluir pastillas de glucosa en el botiquín |
| | | | | |

FICHA DE RIESGOS MEDIDAS DE SEGURIDAD

MATERIAL A INCLUIR SEGÚN CONDICIONES ESTIMADAS DE RUTA

Comunicaciones

Teléfonos de los responsables

Botiquín

Desinfectante

Protección solar

Pastillas de glucosa

Mantas térmicas

Compresas frías

Otro Material

Cuerda

Mapa

Brújula