# XVII MARCHA POPULAR DE RESISTENCIA "TREVÉLEZ - LA ZUBIA 2024"

## 14 SEPTIEMBRE 2024

# MEMORIA DESCRIPTIVA

C/ Solana de Corvales, s/n.
Apartado de Correos 34.
18140 - La Zubia (Granada).
Móvil: 610 631 859.
Web Inscripciones: www.alborde.org
Email: travesiatrevelezlazubia@gmail.com

## FUNDAMENTACIÓN

Cada vez tiene más auge entre los deportistas la realización de actividades relacionadas con las travesías de resistencia en la montaña, así pues, continuando el camino iniciado en el año 2007, por decimoséptimo año organizaremos la que creemos más bonita y espectacular ruta de las que se pueden realizar en nuestra Sierra, considerándola dentro de la Asociación una actividad fundamental la **"Marcha Popular de Resistencia Trevélez – La Zubia"**.

Queremos utilizar el marco incomparable de Sierra Nevada, como promoción a nuestro deporte, a nuestra localidad y a todo su entorno, integrado dentro del Parque Nacional y Natural de Sierra Nevada.

## OBJETIVO GENERAL

- Fomentar la cultura y el deporte al aire libre, incitando así al respeto del medio ambiente y cuidado del mismo.

- Promocionar el deporte, así como el entorno natural que nos rodea.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promocionar la educación medioambiental y el respeto por la naturaleza en rutas guiadas de senderismo y bicicleta de montaña en el entorno natural del Parque Nacional y Natural de Sierra Nevada.

- Fomentar y promocionar el ejercicio físico en plena naturaleza, destacando el esfuerzo y el espíritu de equipo de los participantes en la travesía, fomentando la convivencia, las relaciones interpersonales y los valores del deporte entre los participantes.

- Adquisición de hábitos saludables (dosificación de esfuerzo, alimentación adecuada, ritmos...)

- Dar a conocer y disfrutar de caminos, senderos y veredas por dónde transcurre la ruta así como la variedad de flora, fauna y lugares pintorescos de Sierra Nevada.

- Trasmitir valores de respeto, conservación y valoración del medio natural por dónde transcurre la travesía.

- Alcanzar como finalidad la superación personal.

- Convertir La Zubia, durante un fin de semana, en un referente deportivo al que acudan los/las mejores deportistas de la especialidad.

## DESTINATARIOS

Actividades dirigidas a personas que tengan una buena condición física y con garantías de que van a poder terminar las distancias que se indican a continuación en las diferentes modalidades:

| | | | |
|---|---|---|---|
| - **Modalidad Integral:** | **45,300 Kms.** | Nº de Participantes: | **100** |
| - **Modalidad Media:** | **27,850 Kms.** | Nº de Participantes: | **100** |
| - **Modalidad BTT:** | **108,730 Kms.** | Nº de Participantes: | **25** |

## ÁMBITO DE ACTUACIÓN

La actividad se va a desarrollar dentro del Parque Nacional y Natural de Sierra Nevada y pasando por los siguientes Términos Municipales según la modalidad:

- Modalidad **INTEGRAL**: **Trevélez, Capileira, Monachil, Dílar y La Zubia**.
- Modalidad **MEDIA**: **Monachil** y **La Zubia**.
- Modalidad **BTT**: **Trevélez, Capileira, Bubión, Pampaneira, Soportújar, Nigüelas, Dúrcal, Padul, Dílar, Gójar** y **La Zubia**.

Se adjunta información de las diferentes modalidades de la prueba.
(Recorridos, perfiles, rutómetros y enlaces a Wikiloc).

## EQUIPO TÉCNICO ORGANIZATIVO DE A.C.D. AL BORDE DE LO INCONCEBIBLE

- *DIRECTOR EJECUTIVO.*

  **D. ANTONIO MARIA GARCIA FERNANDEZ.**

  DNI: **24297077S** Teléfono: **681220704**

- *RESPONSABLE DE MEDIO AMBIENTE Y DE SEGURIDAD VIAL.*

  **D. ANTONIO JOAQUÍN MOLINA MONTES**.

  DNI: **24244572L** Teléfono: **663801730**

## NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES PREVISTOS

- **225 Participantes.**

## PROGRAMA

***Viernes 13 de septiembre 2024.***

- Entrega de dorsales desde las 18:00 horas hasta las 22:00 horas en el Pabellón Lidia Redondo. Acceso por calle Brasil s/n de La Zubia. *(Junto a Piscina Municipal).*

- Posibilidad de pernocta a partir de las 22:00 horas del viernes día 13 de septiembre en el Pabellón Lidia Redondo.

- El personal participante que desee utilizar éste servicio deberá comunicarlo en la inscripción.

- Deben traer esterillo y saco.

- Habrá un espacio habilitado para la cena del personal participante que lo desee.

***Sábado 14 de septiembre 2024.***

- **Modalidad INTEGRAL.**

- A las **00:00** horas salida desde el Pabellón Municipal de Deportes 11-M, calle Everest s/n de La Zubia, dirección Trevélez en autobús de la Organización.

  Comienzo de la Marcha a las **03:00** horas desde Trevélez.

- **Modalidad BTT**.

- A las **05:30** horas salida desde el Pabellón Municipal de Deportes 11-M, calle Everest s/n de La Zubia, dirección Trevélez en autobús de la Organización.

  Comienzo de la Marcha a las **09:00** horas desde Trevélez.

- **Modalidad MEDIA**.

- A las **08:15** horas salida desde el Pabellón Municipal de Deportes 11-M, calle Everest s/n de La Zubia, dirección Pradollano en autobús de la Organización.

  Comienzo de la Marcha a las **09:30** horas desde Pradollano.

**FINALIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD**.

- Llegada estimada a meta a las **19:00** horas de todas las modalidades, entrega de diplomas, reconocimientos y avituallamiento final ofrecido por la Organización en el Pabellón Lidia Redondo, calle Brasil s/n (Junto a Piscina Municipal).

- Las instalaciones del Pabellón Municipal de Deportes 11-M estarán a disposición del que lo desee para uso de duchas una vez finalizada la actividad y la entrega de premios.

**INFORME DETALLADO SOBRE PROPOSICIÓN DE MEDIDAS DE SEÑALIZACÓN Y DEL RESTO DE LOS DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD PREVISTOS EN POSIBLES LUGARES PELIGROSOS, ASÍ COMO LAS FUNCIONES A DESEMPEÑAR POR EL PERSONAL AUXILIAR HABILITADO.**

(En cumplimiento de lo previsto por el R.D. 1428/03 (B.O.E. 306, de 23-12-03) para la autorización de pruebas deportivas, marchas ciclistas otros eventos)

## ÁMBITO DE APLICACIÓN.

**"XVII MARCHA POPULAR DE RESISTENCIA TREVÉLEZ - LA ZUBIA 2024"**

Día de celebración: **sábado 14 de septiembre de 2024**.

## A.- MEDIDAS DE SEÑALIZACIÓN DE LA PRUEBA CON CARÁCTER GENERAL.

***- Personal Auxiliar de Organización:***

- **30** Personas en total. (Contando: Logística, guías de ruta, seguridad y conductores).

La Organización nombra como ***RESPONSABLE DE SEGURIDAD VIAL*** de la prueba a:

**D. ANTONIO JOAQUÍN MOLINA MONTES** que coordinará al resto de personal habilitado.

***- Vehículos de desplazamiento para el ejercicio de sus funciones:***

- **8** vehículos: para evacuación, comunicaciones y apoyo logístico.

***- Previsión de equipos de transmisión:***

- **10** Walkies portátiles tamaño mediano para la organización en ruta.
- Telefonía móvil entre todos los organizadores.

## B.- MEDIDAS DEL RESTO DE LOS DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD PREVISTOS EN POSIBLES LUGARES PELIGROSOS DE FORMA ESPECÍFICA.

- Vehículo-ambulancia medicalizado con médico y ATS, para la asistencia del personal participante, sin perjuicio de su ampliación en la medida que se estimen insuficientes.
- Personal de seguridad adjunto a la Organización: Policía Local.
- Cuantas medidas sean posible para garantizar la seguridad de la prueba y evacuación.
- Comunicación en caso necesario con servicios de emergencias (112, 061 o grupo de rescate de la Guardia Civil.

## B.1.- **FUNCIONES A DESEMPEÑAR POR EL PERSONAL AUXILIAR HABILITADO.**

***Personal Auxiliar de Organización:***

- **10** Personas mayores de 18 años y con permiso de conducción.
- Personal Auxiliar Habilitado que realiza función de orden y control dispondrán de material de señalización adecuado, así como vestimenta de alta visibilidad homologada.
- **10** Walkies Talkies portátiles adicionales tamaño pequeños para comunicación interno entre la Organización.

## B**.2.- MEDIDAS EN PROCEDIMIENTOS ESPECÍFICOS.**

Todos los tramos de la marcha transcurren por senderos, vías pecuarias, caminos rurales y la parte final por el casco urbano de la Zubia.

Se dispondrá por escrito todas estas instrucciones precisas dadas por el Responsable de Seguridad Vial de la prueba y que habrán sido explicadas previamente por éste o por los Agentes de la Autoridad que den cobertura al Personal Auxiliar.

Los itinerarios deben señalizarse en la entrada y salida del mismo con Personal de la Organización de forma que no cause confusión de dirección a los participantes en cruces o puntos similares.

Utilización de cartelería si es preciso.

TRAMO DE MONTAÑA:

**Personal Auxiliar de la Organización bien entrenado**:

- Los itinerarios de difícil orientación deben señalizarse antes de la prueba.

- El Personal Auxiliar de "Guía de ruta" distribuido a lo largo de la marcha velará por la velocidad, recorrido y seguridad de los participantes contando para ello de los medios necesarios tanto para orientarse como para realizar cualquier comunicado urgente con los responsables de la prueba.

- Dispondrán de botiquín de primeros auxilios, los guías de cabeza y cola.

## INFORME DETALLADO SOBRE PROPOSICIÓN DE MEDIDAS DE CARÁCTER MEDIOAMBIENTAL Y DEL RESTO DE LOS DISPOSITIVOS DE MEDIDAS PREVENTIVAS Y CORRECTORAS DE IMPACTO MEDIOAMBIENTAL QUE SE APLICAN EN ESTA MARCHA.

## ÁMBITO DE APLICACIÓN.

**"XVII MARCHA POPULAR DE RESISTENCIA TREVÉLEZ - LA ZUBIA 2024"**

Día de celebración: **sábado 14 de septiembre de 2024**.

## A.- MEDIDAS DE INFORMACIÓN PREVENTIVAS DE LA PRUEBA CON CARÁCTER GENERAL.

Información a todo el personal participante inscrito en ésta marcha popular, que parte de la misma discurre por el Parque Nacional y Natural de Sierra Nevada, así como del recorrido, explicando y haciendo hincapié en las normas básicas de comportamiento medioambiental:

Seguir los senderos marcados por la Organización, no tomar nada del medioambiente (flores, plantas, minerales, etc.), importancia del impacto acústico en el mismo, etc.

La Organización nombra como **RESPONSABLE MEDIOAMBIENTAL** a:

**D. ANTONIO JOAQUÍN MOLINA MONTES**, que coordinará al resto de personal habilitado.

## B.- MEDIDAS DEL RESTO DE LOS DISPOSITIVOS DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN AMBIENTAL DURANTE LA MARCHA.

Actuaciones durante la marcha, en los avituallamientos y paradas de la marcha:

- La Organización señalizará los puntos de avituallamiento y el/la responsable los revisará y tomará medidas oportunas según corresponda.

- Preparación por parte de la Organización de los dispositivos de entrega de alimentos y bebida refrescante dentro del entorno.

- Preparación de las medidas de recogida de los posibles deshechos que se producen en cada zona de avituallamiento. Teniendo en cuenta, la separación de los distintos deshechos y transporte de los mismos hasta el punto más cercano de recogida de deshechos, teniendo en cuenta que la ruta discurre en gran parte por un Espacio Natural Protegido.

- Revisión por el personal de la Organización de la zona de avituallamiento, una vez salido el grupo por si acaso hubiera alguna irregularidad. Si la hubiera, avisar en el próximo punto.

- Los responsables de la guía de la marcha, serán responsables de la información medioambiental y de los avisos, si fuera necesario, del mal comportamiento medioambiental a los participantes durante la marcha.

## RECURSOS HUMANOS

Para seguridad y prevención de posibles incidencias, necesitamos contar con la colaboración de:

- Policía Local de La Zubia en los puntos cercanos a la localidad que son peligrosos por la posible presencia de vehículos.

- Posibilidad de refuerzo y disponibilidad de intervención por parte de la Guardia Civil de los Términos Municipales por donde pasa la actividad.

- En otras necesitamos apoyo de Voluntarios de la Asociación, como:

    - Cruce del Chorrillo.
    - Radiotelescopio.
    - Pradollano.
    - Las Chozas.
    - A.R. Puente Palo.
    - Nigüelas.
    - Restaurante "El Hervidero".
    - Línea de llegada en La Zubia

- Socios/as y Voluntarios/as de la A.C.D. "Al Borde de lo Inconcebible" para el avituallamiento, así como, para el control de la marcha y organización de la comida de convivencia final.

## INSTALACIONES Y RECURSOS MATERIALES NECESARIOS

- Las instalaciones municipales del Excmo. Ayuntamiento de La Zubia.

  Instalaciones adecuadas para poder recibir al personal participante: vestuarios, duchas, espacios para pernoctar, zona de masajes y para poder ofrecerles a todos/as junto a colaboradores/as y familiares tomar un aperitivo y recibir los reconocimientos oportunos.

- Instalaciones facilitadas por el Excmo. Ayuntamiento de Trevélez para avituallamiento y colaboración en la línea de salida.

- **2** camillas de masaje.

- **255** bolsas conmemorativas para el personal participante y colaboradores/as, en las que se incluirán:

  - Camiseta técnica conmemorativa de la actividad.
  - Detalles y folletos publicitarios del Club.
  - Publicidad de los Municipios.
  - Cualquier otro detalle aportado por los patrocinadores.

- Coches de apoyo en avituallamientos y para posibles evacuaciones o abandonos.

- Autobuses para el desplazamiento del personal participante a los lugares de salida.

- Cartelería y trípticos de publicidad.

- Comida y bebida para avituallamientos y posterior comida de convivencia.

- Arco de meta del Excmo. Ayuntamiento de La Zubia.

- Walkies-Talkies para la comunicación entre los responsables de ruta.

Las instalaciones son aportadas por el Excmo. Ayuntamiento de La Zubia.

Las necesidades materiales son aportadas por Patrocinadores o adquiridas por la Organización.

La aportación de personal para la realización de la Marcha Popular de Resistencia, así como la logística y la organización del evento correrán a cargo del personal voluntario de la A.C.D. Al Borde de lo Inconcebible, con la inestimable colaboración de la Policía Local de La Zubia.

# INFORMACIÓN DE LAS DISTINTAS MODALIDADES

## Modalidad INTEGRAL (100 plazas):

*Día, hora y lugar de salida*: 14 de septiembre (sábado) a las **00:00** horas.
Pabellón Municipal de Deportes 11-M.
C/ Everest s/n de La Zubia.

Dirección a Trevélez en autobús de la Organización).

*Comienzo de la prueba*: **03:00** horas desde el Municipio de Trevélez.

*Día, hora y lugar de llegada*: 14 de septiembre (sábado) a las **19:00** horas.
Pabellón Lidia Redondo.
C/ Brasil s/n de La Zubia. (Junto Piscina Municipal)

*Recorrido*:

Salimos de Trevélez por la Vereda del Chorrillo hasta el cruce del Chorrillo.
(Reagrupamiento, desayuno y punto de escape).

Seguimos por la pista hasta el Refugio de la Caldera primero y al Refugio de la Carihuela después.
(Reagrupamiento).

A continuación descendemos por los Tajos de la Virgen, por los Lagunillos de La Virgen y Laguna de las Yeguas hasta el Radiotelescopio.
(Almuerzo y punto de escape).

Luego empezamos la bajada por la Loma de Dílar hasta Las Chozas.
(Avituallamiento).

Seguidamente continuamos por el PR-A 19 por los arenales del Trevenque hasta el Canal de la Espartera

Se continúa por la pista de bajada al Cortijo Restaurante "El Hervidero".
(Avituallamiento y punto de escape)

Continuamos hasta la urbanización Cumbres Verdes, calle Prados del Abuelo, pista del Cortijo de Corvales y se sigue en bajada hasta el restaurante "El Pinar".
(Reagrupamiento)

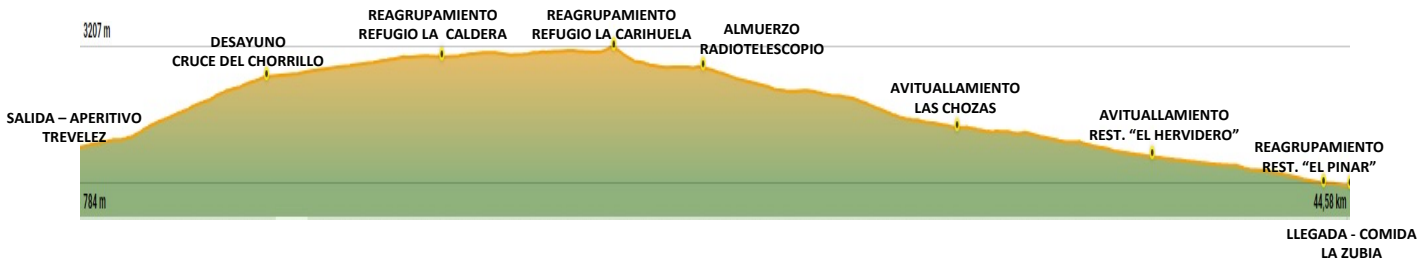
Nos dirigimos al nuevo Pabellón Lidia Redondo (Junto a piscina municipal) donde finaliza la prueba.
(Comida, premios y duchas)

ENLACE A WIKILOC:

https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/xvii-marcha-popular-de-resistencia-trevelez-la-zubia-204-modalidad-integral-173514798

## ***Modalidad INTEGRAL***

| | | |
|---|---|---|
| □ | DISTANCIA: | **44,580 Kms. (Lineal)** |
| □ | TIEMPO CON PARADAS: | **16 Horas.** |
| □ | DESNIVEL +: | **1.975 m.** |
| □ | DESNIVEL - : | **2.647 m.** |
| □ | ALTURA MÁXIMA: | **3.207 msnm.** |
| □ | ALTURA MÍNIMA: | **784 msnm.** |
| □ | DIFICULTAD: | **Muy alta.** |
| □ | ACCESO A COMIENZO DE PRUEBA: | **Autobús.** |



| RUTÓMETRO MODALIDAD INTEGRAL | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **ZONAS / LUGARES** | **HORA LLEGADA** | **KM/ALTURA** | **HORA SALIDA** | **TAREAS** | **TIEMPO DE PARADA** |
| **SALIDA BUS LA ZUBIA-PABELLON LIDIA REDONDO** | 23:45 | 84 KM / 784 m (VIAJE BUS) | 00:00 | DESPLAZAMIENTO EN BUS HASTA TREVÉLEZ | 15´ |
| **TREVÉLEZ** | 02:30 | KM 0,000 / 1.475 m | 03:00 | SALIDA PRUEBA **APERITIVO** | 30´ |
| **CORTIJO** | 04:30 | KM 4,300 / 2.242 m | 04:35 | ---------- | 5´ |
| **MIRADOR** | 05:25 | KM 5,800 / 2.542 m | 05:25 | ---------- | 0´ |
| **CRUCE DEL CHORRILLO** | 06:05 | KM 6,600 / 2.673 m | 06:35 | **DESAYUNO** PUNTO DE ESCAPE | 30´ |
| **REFUGIO LA CALDERA** | 08:45 | KM 12,700 / 3.068 m | 09:00 | REAGRUPAMIENTO | 15´ |
| **REFUGIO LA CARIHUELA** | 10:30 | KM 18,700 / 3.200 m | 10:50 | REAGRUPAMIENTO | 20´ |
| **RADIOTELESCOPIO** | 11:30 | KM 21,900 / 2.852 m | 12:20 | **ALMUERZO** PUNTO DE ESCAPE | 50´ |
| **LAS CHOZAS** | 14:00 | KM 31,000 / 1.816 m | 14:30 | **AVITUALLAMIENTO** PUNTO DE ESCAPE | 30´ |
| **MIRADOR ALAYOS CANAL ESPARTERA** | 16:00 | KM 36,500 / 1.364 m | 16:00 | ---------- | 0´ |
| **REST. EL HERVIDERO** | 16:50 | KM 37,700 / 1.285 m | 17:20 | **AVITUALLAMIENTO** PUNTO DE ESCAPE | 30´ |
| **REST. EL PINAR** | 18:20 | KM 43,600 / 825 m | 18:30 | REAGRUPAMIENTO | 10´ |
| **PABELLON LIDIA REDONDO** | 19:00 | KM 44,580 / 765 m | ---------- | **FIN DE PRUEBA, COMIDA, PREMIOS Y DUCHAS** | SIN LIMITE |

## Modalidad MEDIA (100 plazas):

| | |
|---|---|
| *Día, hora y lugar de salida*: | 14 de septiembre (sábado) a las **08:15** horas.<br>Pabellón Municipal de Deportes 11-M.<br>C/ Everest s/n de La Zubia.<br><br>Dirección a Pradollano en autobús de la Organización. |
| *Comienzo de la prueba*: | **09:30** horas desde Pradollano. |
| *Día, hora y lugar de llegada*: | 14 de septiembre (sábado) a las **19:00** horas.<br>Pabellón Lidia Redondo.<br>C/ Brasil s/n de La Zubia. (Junto Piscina Municipal) |

*Recorrido*:

Salida desde Pradollano (Avituallamiento líquido, punto de escape).

Empezamos la bajada hasta el Collado de Matas Verdes entre barrancos (Reagrupamiento).

Bajamos hasta la Casa Forestal de la Cortijuela (Avituallamiento principal, punto de escape).

Seguimos por el carril hasta el cruce del Collado de Ruquino y la pista a la izquierda a la "Llaná del Chopo" (Reagrupamiento).

Continuamos por el PR-A 20 en bajada hasta el Puente de los 7 Ojos (Reagrupamiento, punto de escape) y Mirador de los Alayos.

Seguimos a la derecha dirección al Restaurante "El Hervidero".
(Avituallamiento líquido, punto de escape y reagrupamiento).

Tomamos la pista de bajada a la urbanización Cumbres Verdes por calle Prados del Abuelo, Barranco de Corvales hasta el Mirador de la Vega, pista del Cortijo Corvales y hasta La Zubia con reagrupamiento en el restaurante "El Pinar".

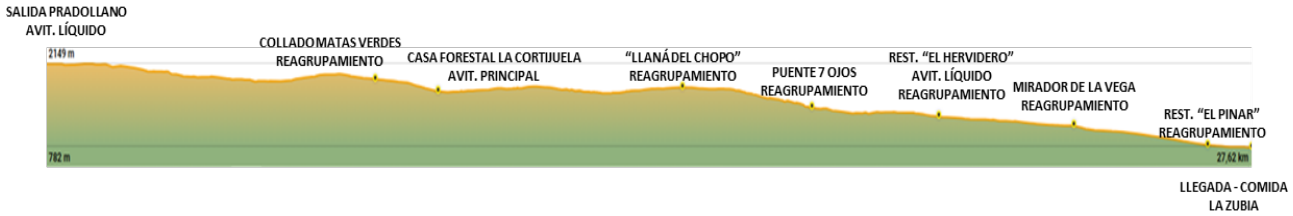
Nos dirigimos al nuevo Pabellón Lidia Redondo (Junto a piscina municipal) donde finaliza la prueba.
(Comida, premios y duchas)

ENLACE A WIKILOC:

https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/xvii-marcha-popular-de-resistencia-trevelez-la-zubia-2024-modalidad-media-173464904

## ***Modalidad MEDIA:***

- DISTANCIA: **27,610 Kms. (Lineal)**
- TIEMPO CON PARADAS: **8 Horas 45´.**
- DESNIVEL +: **484 m.**
- DESNIVEL -: **1.831 m.**
- ALTURA MÁXIMA: **2.149 msnm.**
- ALTURA MÍNIMA: **782 msnm.**
- DIFICULTAD: **Media.**
- ACCESO A COMIENZO DE PRUEBA: **Autobús.**



| RUTÓMETRO MODALIDAD MEDIA | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **ZONAS/LUGARES** | **HORA LLEGADA** | **KM/ALTURA** | **HORA SALIDA** | **TAREAS** | **TIEMPO DE PARADA** |
| **SALIDA BUS DESDE LA ZUBIA (PAB. LIDIA REDONDO)** | 08:00 | 35,400 KM/784 m (VIAJE BUS) | 08:15 | DESPLAZAMIENTO EN BUS HASTA PRADOLLANO | 15′ |
| **PRADOLLANO** | 09:15 | KM 0,000 / 2.136 m | 09:30 | SALIDA PRUEBA **AVIT. LÍQUIDO** PUNTO DE ESCAPE | 15′ |
| **COLLADO MATAS VERDES** | 14:00 | KM 7,400 / 1.903 m | 14:05 | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **CASA FORESTAL LA CORTIJUELA** | 14:30 | KM 9,000 / 1.693 m | 15:00 | **AVIT. PRINCIPAL** PUNTO DE ESCAPE | 30′ |
| **LLANÁ DEL CHOPO** | 16:30 | KM 14,500 / 1.763 m | 16:35 | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **PUENTE DE LOS 7 OJOS** | 17:15 | KM 17,500 / 1.430 m | 17:20 | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **REST. EL HERVIDERO** | 17:45 | KM 20,500 / 1.285 m | 18:00 | **AVIT. LÍQUIDO** PUNTO DE ESCAPE | 15′ |
| **REST. EL PINAR** | 18:45 | KM 26,500 / 825 m | 18:50 | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **PABELLÓN LIDIA REDONDO** | 19:00 | KM 27,630 / 784 m | ---------- | **FIN DE PRUEBA, COMIDA, PREMIOS Y DUCHAS** | SIN LIMITE |

## Modalidad BTT (25 plazas):

| | |
|---|---|
| *Día, hora y lugar de salida*: | 14 de septiembre (sábado) a las **05:30** horas<br>Pabellón Municipal de Deportes 11-M.<br>C/ Everest s/n de La Zubia.<br><br>Dirección a Trevélez en autobús de la Organización). |
| *Comienzo de la prueba*: | **09**:00 horas desde Trevélez. |
| *Día, hora y lugar de llegada*: | 14 de septiembre (sábado) a las **19:00** horas.<br>Pabellón Lidia Redondo.<br>C/ Brasil s/n de La Zubia. (Junto Piscina Municipal) |

*Recorrido.*

La ruta se inicia en el Barrio Bajo de Trevélez (Avituallamiento 1).

Tras las últimas edificaciones y con un giro a la derecha, se abandona el pueblo.
A partir de aquí se inicia un duro ascenso por un carril zigzagueante

La ruta continúa por un carril de poca pendiente entre pinos, robles y encinas. A la izquierda surgen los caminos que descienden hasta los pueblos de Pitres y Pórtugos y, a continuación, el Área Recreativa de Pórtugos con la impresionante cascada del Tajo de Cortes.

La gran riqueza de paisajes de esta ruta queda de nuevo manifiesta en el Mirador Tajo del Ángel.
(Reagrupamiento)

A partir de aquí, descendiendo por la antigua carretera del Mulhacén llegamos al puente sobre el Río Poqueira donde finaliza el descenso.

Ahora se inicia un pequeño tramo con poca pendiente a través de un bosque de robles, castaños, sauces y con varias fuentes.

Inmediatamente después de abandonar el Valle del Poqueira se llega a la Ermita del Padre Eterno.
(Reagrupamiento)

En este punto, con un brusco giro a la derecha, se abandona la carretera para iniciar un duro ascenso por una pista forestal. Se cruza el paraje de Prado Grande y los Viveros de Soportújar, donde aún perduran enormes ejemplares de pinos y secuoyas.

El ascenso continúa pasando junto a la Fuente de las Rosas y el Cortijo de Haza Llana.

Tras pasar un denso pinar, se cruza el Barranco de Río Chico y el Área Recreativa de Puente Palo.
(Avituallamiento 2).

Poco después, la Casa Forestal de Cáñar.

Se continúa hacia el oeste por el carril principal entre robles y encinas hasta el Mirador de Pallarín y tras girar en el primer cruce a la izquierda, se inicia el descenso.

Cuando aparecen las primeras encinas, un nuevo giro a la derecha marca el inicio del recorrido por el profundo Valle del Río Lanjarón.

Poco antes de llegar al río se inicia un tramo de unos 700 metros donde no está permitido ir montado en la bicicleta, se tendrá que transitar a pie un pequeño tramo hasta el río, cruzarlo a través de un bello puente de piedra y madera y ascender entre pinares hasta la zona antes ocupada por los Viveros de Tello.

En este punto termina el tramo no ciclable. Tras una empinada subida, se llega a la Casa Forestal de Tello. (Reagrupamiento)

De nuevo, sobre la bicicleta, se continúa subiendo por la pista principal hasta un cruce de caminos que hay justo en el límite de un gran cortafuego. Tras incorporarse al carril de la izquierda, el perfil se suaviza y se discurre por un gran tramo recto, a veces descendente, a través de la gran Loma de Lecrín.

El trayecto continúa saliéndonos de la Transnevada hacia Pedro Calvo (Reagrupamiento) primero y el valle de Nigüelas después donde se obtendrá una impresionante panorámica de la cuenca media del Río Torrente.

Poco después desde Nigüelas (Avituallamiento 3), nuestro macizo montañoso deja protagonismo al valle de Lecrín por el que remontaremos a través de las vegas de Nigüelas, Dúrcal y Padul hasta llegar a la Urbanización El Puntal desde donde retomaremos el límite del parque natural de Sierra Nevada dirección a Dílar.(Reagrupamiento)

Cruzaremos Dílar y tomamos uno de sus caminos que nos llevará hasta el collado del Tejarillo, por la siguiente etapa de la Transnevada que dejaremos a la altura del carril que nos conduce a Gil y López y al Collado del Tejarillo (Reagrupamiento), por el PR-327 Pinares de La Zubia.

Ya en el Collado del Tejarillo, nos dirigimos hacia el Restaurante “El Pinar” (Reagrupamiento) por el carril de los pinos de Parejo y Corvales en La Zubia.

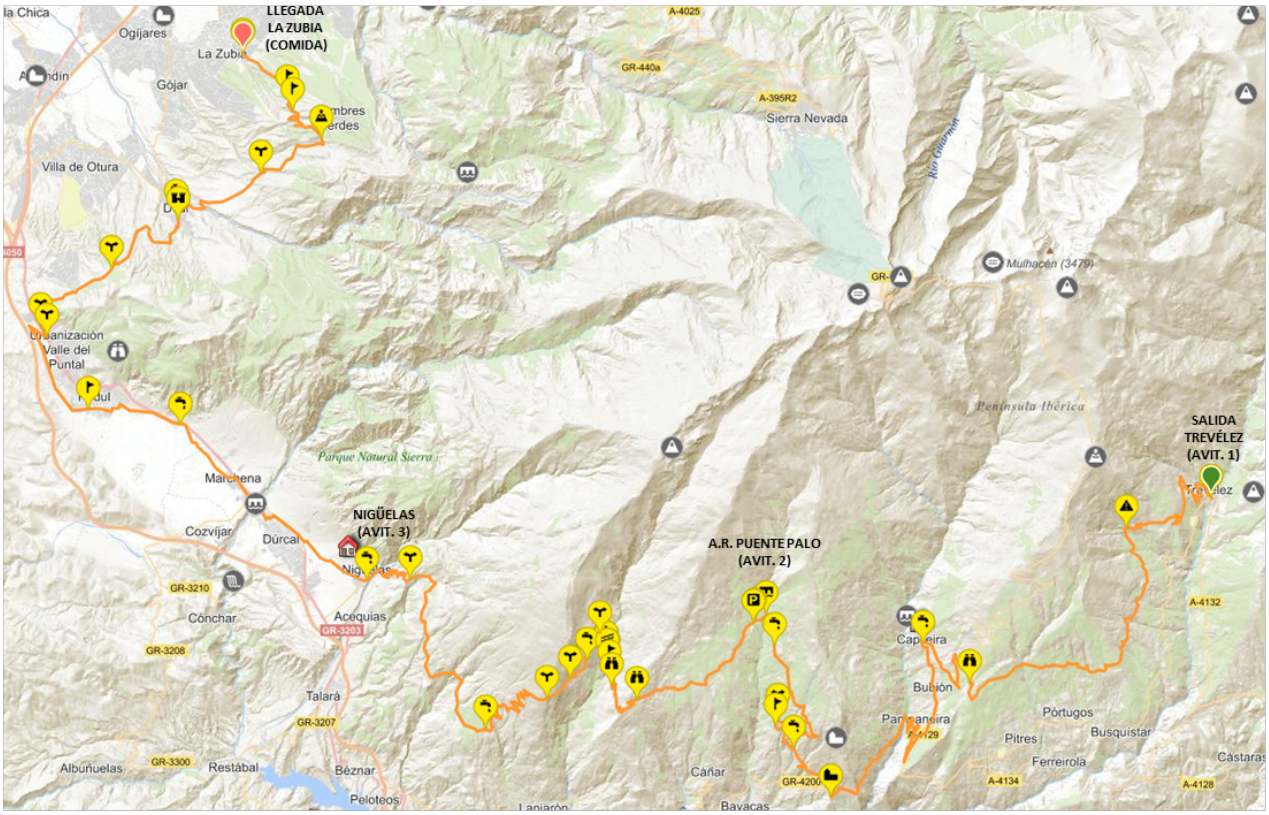
Nos dirigimos al nuevo Pabellón Lidia Redondo (Junto a piscina municipal) donde finaliza la prueba. (Comida, premios y duchas)

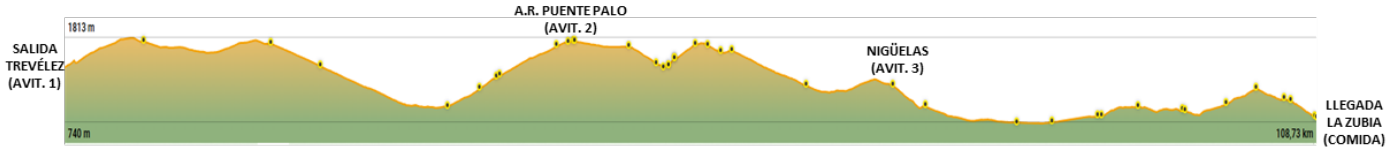
ENLACE A WIKILOC:

https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/trevelez-la-zubia-por-niguelas-169608703

***Modalidad BTT:***

- DISTANCIA: **108,730 Kms. (Lineal)**
- TIEMPO CON PARADAS: **9 Horas.**
- DESNIVEL +: **2.520 m.**
- DESNIVEL -: **3.146 m.**
- ALTURA MÁXIMA: **1.813 msnm.**
- ALTURA MÍNIMA: **740 msnm.**
- DIFICULTAD: **Muy alta.**
- ACCESO A COMIENZO DE PRUEBA: **Autobús.**



| RUTÓMETRO MODALIDAD BTT | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **ZONAS/LUGARES** | **HORA** | **KM/ALTURA** | **TIEMPOS PARCIALES SIN PARADAS** | **TAREAS** | **TIEMPO DE PARADA** |
| **SALIDA BUS DESDE LA ZUBIA (PABELLÓN 11- M)** | 05:30 | 84 KM/802 m | 3:00 H (VIAJE BUS) | DESPLAZAMIENTO EN BUS HASTA TREVÉLEZ | 0′ |
| **SALIDA TREVÉLEZ** | 09:00 | KM 0,000 / 1.449 m | 00 H:00′ | **AVITUALLAMIENTO 1** | 20′ |
| **TAJOS DEL ÁNGEL** | 10:40 | KM 18,200 / 1.726 m | 01 H:20′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **CAPILEIRA** | 10:55 | KM 22,000 / 1.464 m | 01 H:30′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **PADRE ETERNO** | 11:15 | KM 33,000 / 951 m | 01H:45′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **A.R. SOPORTUJAR** | 12:10 | KM 38,000 / 1.333 m | 02 H:35′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **A.R. PUENTE PALO** | 13:05 | KM 44,000 / 1.763 m | 03 H:25′ | **AVITUALLAMIENTO 2** | 15′ |
| **CASA TELLO** | 13:50 | KM 53,000 / 1.550 m | 03 H:55′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **PEDRO CALVO** | 14:25 | KM 65,000 / 1.214 m | 04 H:25′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **NIGÜELAS** | 15:40 | KM 75,000 / 950 m | 05 H:35′ | **AVITUALLAMIENTO 3** | 15′ |
| **TURBERA PADUL** | 16:25 | KM 82,000 / 748 m | 06 H:00′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **DÍLAR** | 18:00 | KM 97,000 / 895 m | 07 H:15′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **C. DEL TEJARILLO** | 18:35 | KM 103,000 / 1.171 m | 07 H:45′ | REAGRUPAMIENTO | 5′ |
| **PABELLÓN LIDIA REDONDO** | 19:00 | KM 108,730 / 778 m. | 08 H:00′ | **FIN DE PRUEBA, COMIDA, PREMIOS Y DUCHAS** | SIN LÍMITE |

## OBSERVACIONES

Las rutas exigen buena preparación física y equipación para condiciones adversas, cada una de ellas según sus características propias, siendo siempre guiada por miembros de la Organización. Esta suministrará un aperitivo a la salida, bebidas (isotónicas, agua) y fruta, avituallamientos sólidos y líquidos durante el recorrido y una comida de convivencia al final de la Marcha.

En cualquier caso son los propios participantes los responsables de su debida alimentación e hidratación.

## MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN AMBIENTAL DURANTE LA MARCHA

Actuaciones durante la Marcha, en los avituallamientos y paradas de la marcha:

- La Organización señalizará los puntos de avituallamiento y los responsables los revisarán y tomarán las medidas oportunas según corresponda.

- Preparación por parte de la Organización de los dispositivos de entrega de alimentos y bebida refrescante dentro del entorno.

- Preparación de las medidas de recogida de los posibles deshechos que se producen en cada zona de avituallamiento, teniendo en cuenta, la separación de los mismos y transporte hasta el punto más cercano de recogida. Es fundamental tener presente que la ruta discurre en gran parte por un espacio Natural protegido.

- Revisión por el personal de la organización de la zona de avituallamiento, una vez salido el grupo por si acaso hubiera alguna irregularidad. Si la hubiera, avisar en el próximo punto.

- Los responsables guía de la Marcha, serán encargados de la información medioambiental y de los avisos que por mal comportamiento de los participantes, en este sentido, realicen durante la Marcha, pudiéndoles retirar de la misma y tomar las medidas oportunas para su restablecimiento natural.

- En algunas zonas habrá un servicio de recogida de ropa para aquellos participantes que no necesiten llevarla consigo durante el resto del recorrido y que les será devuelta al final de la Marcha en el Pabellón Lidia Redondo donde finaliza la prueba.

La Zubia a 12 de junio de 2024

El Director Ejecutivo

Fdo. Antonio María García Fernández

# PLAN DE EMERGENCIA Y AUTOPROTECCIÓN

## ALCANCE DEL PLAN

El objetivo de este Plan de Emergencia y Autoprotección es delimitar y ponderar el riesgo, así como, determinar los medios de protección existentes para definir los equipos y sus funciones, todo ello, con la finalidad de prevenir los riesgos y controlar desde su inicio las emergencias que se puedan presentar.

Se contemplan las diferentes hipótesis de emergencias, estableciendo las instrucciones necesarias en cada caso con el fin de obtener el menor tiempo de respuesta posible y las máximas garantías de seguridad para los deportistas y personal de la organización presente en la prueba.

Se ha dividido el trabajo del Plan de Emergencia y Autoprotección en dos grandes partes, que se denominarán Plan Preventivo y Plan de Actuación.

- **EL PLAN PREVENTIVO:**

Comprende, por un lado, el conocimiento y valoración de las condiciones de riesgo del evento en función de los medios disponibles (Evaluación del Riesgo); y por otra, la descripción e inventario de los medios materiales y humanos, con el fin de establecer todos los datos de interés para garantizar la prevención de riesgos y el control inicial de las emergencias (Medios de Protección).

- **EL PLAN DE ACTUACIÓN:**

Consta de una clasificación de las emergencias por su gravedad, así como las acciones ante estas situaciones, y las consignas y respuestas adecuadas que permitan el desarrollo del Plan (Actuación en caso de Emergencia).

Para rentabilizar al máximo el contenido de este Plan se promueve la divulgación de las consignas sobre actuaciones en prevención de riesgos y comportamiento a seguir en caso de emergencia; existe la adecuación del personal afecto a la organización, auxiliándose de los sistemas necesarios y se potencia el conocimiento de los medios técnicos disponibles a fin de incrementar su efectividad.

Aún en el caso de que existieran suficientes medios de protección ante la lucha contra el incendio, o cualquier otro riesgo, y el personal adecuado para su control y manejo, no hay que descartar nunca el "fallo humano", por lo que, independientemente de la adecuación inicial del personal afín, deberá de mantenerse vivo el espíritu de alerta entre los mismos.

En consecuencia, debe considerarse este Plan como una herramienta vertebradora de la prevención y la actuación en caso de emergencia, por lo que en sucesivas pruebas deportivas se actualizará y corregirá con la experiencia obtenida de su seguimiento, realizando las modificaciones necesarias o que puedan surgir como consecuencia de cambios por la propia evolución de la técnica.

Este Plan tiene su más amplia aplicación en las emergencias que son consecuencia de los riesgos de incendio o sanitario, por lo que en adelante nos referimos fundamentalmente a este tipo de riesgos.

Dentro del plan preventivo habrá que considerar el Riesgo Potencial de la prueba deportiva respecto a parámetros y circunstancias que se analizarán posteriormente, así como el conocimiento de la disponibilidad de medios humanos y materiales para hacer frente a la emergencias que se puedan presentar, con el fin de evaluar el riesgo y precisar los medios necesarios para su prevención y control desde el inicio.

# PLAN DE EMERGENCIA Y AUTOPROTECCIÓN.

## *PLAN PREVENTIVO*.

### EVALUACIÓN DE RIESGOS.

Los riesgos más usuales que se pueden dar en esta prueba deportiva son:

- Un incendio, normalmente de un vehículo, que en un supuesto de segunda instancia podría extenderse a otro vehículo, una edificación o convertirse en un incendio forestal, según casos.

- Un accidente con lesiones, por la propia práctica deportiva, o por vehículos (accidente de tráfico).

### MEDIOS DE PROTECCIÓN.

Los medios de protección que se disponen son:

Para el caso de incendio se dispondrá según la Orden de 27 de julio de 1999 por la que se determinan las condiciones que deben reunir los extintores de incendios instalados en vehículos de transporte de personas (en nuestro caso para todos los vehículos de la organización). BOE núm. 186 de 5 de agosto, según Norma UNE 23110-1:1996 (EN3), de:

- Hasta 9 plazas (incluido el conductor): Uno de clase 5A/21B.

- Hasta 23 plazas (incluido el conductor): Uno de clase 8A/34B.

- Más de 23 plazas (incluido el conductor): Uno de clase 21A/113B.

- También se dispondrá de un extintor, o vehículo de la organización cercano con dicho extintor, con una eficacia mínima de 5A/21B, en los arcos inflables, o similares, de salida y meta, caso de existir estos, así como en zonas donde existan tomas y cuadros de luz. En general próximos a instalaciones eléctricas que afecten a la prueba y donde se utilicen generadores de corriente.

En cualquier caso, por pequeña que sea la prueba deportiva, y siempre que exista algún vehículo acompañante (ambulancia, coche escoba, etc.), existirán un mínimo de dos extintores.

### SECUENCIA DE ACTUACIÓN POR LOS EQUIPOS MÉDICOS DE INTERVENCIÓN.

Para el caso de accidente con lesiones, se dispone ya de forma obligatoria de asistencia médica, que debe obedecer a su propio protocolo sanitario en caso de necesaria evacuación a edificio ambulatorio u hospitalario. A continuación de describe el **ALGORITMO DE INTERVENCIÓN MÉDICA EN LA PRUEBA DEPORTIVA,** pudiendo darse las siguientes circunstancias:

1) Si el accidentado se encuentra **cerca del punto de asistencia médica que ocupa el responsable médico de la prueba**, este atenderá al accidentado.

2) Si el accidentado se encuentra **entre varios puntos de asistencia médica de los distribuidos por el recorrido de la misma**, atenderá al accidentado el personal sanitario más cercano al accidentado.

3) Si el accidentado **no se encuentra cerca de algún punto de asistencia médica**, el personal voluntario de la prueba que se halle cerca del accidentado contactará con el responsable médico de la prueba para que este determine que ambulancia se trasladará para atender al mismo.

**TRASLADO A CENTRO HOSPITALARIO.**

Pueden darse dos circunstancias:

1) Si el lugar donde ocurre el accidente está cerca de un hospital que no es el designado como referencia para la citada prueba, y el estado del accidentado es grave, el personal sanitario de la ambulancia podrá trasladar al accidentado al citado hospital cercano.

2) La circunstancia habitual es que el accidentado sea trasladado, si así lo requiriese, al hospital designado como referencia para la prueba.

En caso que urgencia sanitaria obligue a la evacuación, se utilizará el/los vehículo/s sanitario/s disponible/s para ello, por las rutas más próximas a la prueba al hospital o centro sanitario designado como referencia o al más próximo según lo determine la urgencia a tratar y siempre bajo la dirección médica de la prueba.

**DISPOSITIVO MÉDICO.**

| CARGOS EN LA PRUEBA | |
|---|---|
| **CARGO** | **NOMBRE** |
| **COORDINADOR EQUIPO MEDICO Y PRIMEROS AUXILIOS** | **SILVIA MARTÍNEZ DIZ** |

| RELACION DE MEDIOS EN LA PRUEBA | |
|---|---|
| **MEDIOS** | **CANTIDAD** |
| **MEDICOS** | **1** |
| **HOSPITALES DE REFERENCIA (Centro de Salud más cercano, La Zubia)** | **PARQUE TECNOLÓGICO DE LA SALUD HOSPITAL VITHAS** |

# FICHA RESUMEN DE LA ACTIVIDAD

| | |
|---|---|
| ORGANIZADOR:<br>**ASOCIACIÓN CULTURAL Y DEPORTIVA AL BORDE DE LO INCONCEBIBLE** | |
| PERSONA DE CONTACTO:<br>**JAIME GIL FERNÁNDEZ** | TELEFONO<br>**610631859** |
| DENOMINACION:<br>**"XVII MARCHA POPULAR DE RESISTENCIA TREVÉLEZ – LA ZUBIA 2024"** | |
| TIPO DE EVENTO:<br>**MARCHA POPULAR DE RESISTENCIA (SENDERISMO Y BTT)** | |
| FECHA CELEBRACION:<br>**14 SEPTIEMBRE 2024** | |
| HORA INICIO:<br>**03:00 Horas** | HORA PREVISTA FINALIZACION:<br>**19:00 Horas** |
| LUGAR DE INICIO:<br>**TREVÉLEZ (GRANADA)** | LUGAR FINALIZACION:<br>**LA ZUBIA (GRANADA).**<br>**"PABELLÓN LIDIA REDONDO".** |
| DISTANCIA:<br>**SEGÚN MODALIDAD** | PRESUPUESTO:<br>**5.980,23€.** |
| JORNADAS:<br>**UNA (SÁBADO DÍA 14-09-2024)** | EDAD PARTICIPANTES:<br>**TODAS** |
| ITINERARIO:<br>**SE ADJUNTAN** | PLAN:<br>**SE ADJUNTA** |
| CARÁCTER DE LA PRUEBA:<br>**NO COMPETITIVA** | |
| Nº DE PARTICIPANTES:<br>**225 PERSONAS EN TOTAL COMO MÁXIMO ENTRE TODAS LAS MODALIDADES** | Nº DE VOLUNTARIOS:<br>**30** |
| ASISTENCIA MÉDICA:<br>**SILVIA MARTÍNEZ DIZ** | SEGURIDAD:<br>**Policía Local y SEREIM.** |
| Nº DE ASISTENTES PREVISTO:<br>**255 PERSONAS EN TOTAL** | |
| SECTOR SOCIAL AL QUE SE DIRIGE:<br>**SIN PREFERENCIA SOCIAL** | |
| OBSERVACIONES:<br>**A todo el personal de la organización se le instruirá en el conocimiento de este plan de autoprotección para garantizar la eficacia, eficiencia e inmediatez ante la posible necesidad de actuación.** | |

## ***PLAN DE ACTUACIÓN (EN CASO DE EMERGENCIAS).***

En esta fase se considera en primer lugar el Plan de actuación en caso de Emergencia, que comprende el conjunto de acciones a desarrollar para el control de las mismas, estableciendo cuándo, cómo, dónde, quién y qué ha de realizar ante una situación de emergencia, en función de su gravedad y de los medios disponibles a su alcance.
En segundo lugar, definirá los responsables de la organización, a fin de que las personas sepan coordinar sus esfuerzos con el fin de reducir al mínimo sus consecuencias, persiguiendo los siguientes objetivos:

- Disponer de personal que pueda actuar con eficacia y rapidez.
- Tener informados a todos los deportistas en la normativa de la prueba con recordatorio a través de megafonía portátil de cómo deben actuar ante una emergencia.
- Garantizar la dotación de medios adecuados de lucha contra el fuego en caso necesario.

Se describen pues las secuencias de actuación en caso de que se produzca una emergencia, en función de su gravedad, disponibilidad de medios y causa que la produce.

Así, tras la identificación del riesgo se valora la emergencia (dónde, cuándo) a fin de proceder, mediante los medios materiales y humanos disponibles (quién, cómo), a las acciones oportunas (qué).

Para todo ello, en primer lugar, se clasifican las emergencias en función del riesgo, definiendo a continuación los Equipos del Plan de Actuación en Emergencia y sus misiones, así como las acciones a emprender y su desarrollo en cada caso.

Las hipótesis y soluciones que se desarrollan a continuación son generales y aplicables principalmente a las emergencias producidas por incendios o accidente con lesión, y sirven de guía para adecuar los medios disponibles, debiéndose posteriormente ampliarse o modificarse como consecuencia de su seguimiento si se considera necesario.

### CLASIFICACIÓN DE LAS EMERGENCIAS.

Se clasifican las emergencias en función de su gravedad, a fin de asignar a cada situación su factor de riesgo correspondiente, y se lleva a cabo en dos grupos:

- **CONATO DE EMERGENCIA**. Se considera que existe un conato de emergencia cuando se produzca un accidente que, por su inicial desarrollo, pueda ser controlado y dominado, de una manera rápida y sencilla, por el personal y medios de protección de la organización. Este primer estado de emergencia debe resolverse sin mayor complicación.

- **EMERGENCIA GENERAL**. Es el accidente ante el cual la actuación de todos los equipos y medios de protección de la organización resulta insuficiente, requiriendo la ayuda de medios de socorro y salvamento profesionales. La emergencia general comportará el distanciamiento, o la evacuación, de los deportistas y personal de la organización de la zona donde se produzca la emergencia, con excepción de los equipos implicados, siempre y cuando, ante el deber de socorro, no pongan en riesgo su propia vida.

## DESCRIPCIÓN DE MEDIOS HUMANOS.

Se seleccionan las dotaciones que componen los Equipos de Emergencia, señalando su estructura, jerarquía y las misiones de cada componente de los mismos.

La estructura mantiene la siguiente organización:

- Director de Emergencia.
- Equipo de Intervención.
- Equipo de Alarma.
- Equipo de Primeros Auxilios (Médico o sanitario).

La composición y funciones de los componentes del Equipo se especifican en los apartados siguientes:

## ORGANIZACIÓN Y MANDO.

El cuadro directivo está constituido por la persona cuya misión fundamental es la de asumir la dirección y coordinación de las distintas actuaciones que se produzcan ante una situación de emergencia.

| **DIRECTOR DE LA EMERGENCIA** |
|---|
| **FUNCIONES** |
| 1. Ostentar en las emergencias la máxima responsabilidad de la prueba deportiva y decidir las acciones a tomar. |
| 2. Dirigir y coordinar las acciones a realizar una vez se manifieste la emergencia por accidentes producidos. |
| 3. Velar porque los medios humanos integrantes de equipos de Emergencia estén adiestrados en los ejercicios que les sean de utilidad. |
| 4. Se coordinará en las emergencias con el responsable de los Servicios Públicos de Extinción de Incendios, Sanitarios o resto de policías que acudan en caso de incidente o accidente, transfiriéndole la responsabilidad máxima y prestándole colaboración. |

## EQUIPOS DE EMERGENCIA.

Los equipos de seguridad contra incendios, evacuación y primeros auxilios estarán formados por los siguientes grupos:

- **EQUIPO DE INTERVENCIÓN (E.I.).**
- **EQUIPO DE ALARMA (E.A.).**
- **EQUIPO DE PRIMEROS AUXILIOS (MÉDICO O SANITARIO) (E.P.A.)**.

| EQUIPO DE INTERVENCIÓN (E.I.) |
|---|
| **FUNCIONES** |
| 1. Conocer las dotaciones y ámbitos de aplicación de los medios de autoprotección disponibles. |
| 2. Señalar las anomalías que se produzcan en los sistemas de protección encomendados y perseguir su rápida reparación. |
| 3. Percibir e identificar los humos, olor a quemado, calentamiento anormal de instalaciones eléctricas del vehículo o su motor, así como conocer e interpretar trepidaciones, fugas y ruidos anormales en el funcionamiento de estos. |
| 4. Suprimir las causas que provoquen cualquier anomalía en dichos vehículos, bien por una acción indirecta, dando la alarma, o por una acción directa y rápida, como cortar la alimentación eléctrica y de combustible. |
| 5. Combatir el fuego desde su descubrimiento con los medios disponibles. |
| 6. Evitar la propagación del incendio alejando o enfriando los productos inflamables y combustibles próximos al foco del incendio. |
| 7. Seguir las instrucciones de cualquier persona cualificada dentro de este Plan de Emergencia. (Bomberos, etc.). |

| EQUIPO DE ALARMA (E.A.) |
|---|
| **FUNCIONES** |
| 1. Conocer los riesgos específicos de la prueba deportiva que pueden afectar a los deportistas de la misma. |
| 2. Disponer de un megáfono portátil o de vehículo para dar las consignas adecuadas en función de la emergencia producida. |
| 3. Tener conocimiento de los métodos básicos de control de multitudes y actuaciones en situación de pánico. |
| 4. Seguir las instrucciones de sus superiores u otra persona cualificada dentro de este Plan de Actuación en Emergencia (Bomberos, etc.). |

| EQUIPO DE PRIMEROS AUXILIOS (E.P.A.) MÉDICO O SANITARIO |
|---|
| Estará formado por la asistencia sanitaria obligatoria con ayuda, caso de necesidad, de personal que tenga conocimientos de primeros auxilios y socorrismo. |
| **FUNCIONES** |
| 1. Conocer riesgos específicos que se deriven de cualquier emergencia que se pueda producir en la prueba deportiva como consecuencia del transcurrir de la misma. |
| 2. Conocer las dotaciones y ámbitos de aplicación de los medios de protección sanitarios |
| 3. Actuar, en caso de accidente, controlando el traslado de las personas en estado delicado y prestando los primeros auxilios a los accidentados con los medios disponibles en ese momento. |
| 4. Seguir las instrucciones de sus superiores u otra persona cualificada dentro de este Plan de Emergencia. |
| 5. En cualquier caso actuarán bajo sus propios protocolos, pero siempre manteniendo informada a la organización. |

## ACCIONES A DESARROLLAR EN CASO DE EMERGENCIA.

Antes de pasar a describir las acciones que conforman la operativa general en caso de Emergencia, es necesario definir algunos de los términos que se utilizan para explicar las acciones de los equipos humanos que intervienen en dicha operativa, y que son las siguientes:

- **Alarma**: Es la indicación acústica mediante megáfono, se puede apoyar con silbatos, de que existe peligro. Esta señal provocará que algunos componentes de los Equipos de Emergencia pasen a estado de alerta y otros a estado de intervención.

- **Estado de Alerta**: Es el paso previo a la actuación, en esta fase los Equipos de Emergencia deben reunirse y prepararse para la intervención.

- **Estado de Intervención**: Es la fase en la que los componentes de los Equipos de Emergencia actúan de una manera directa (ataque y neutralización de la emergencia) o de una manera indirecta (alejamiento del personal, mensajes, etc.).

- **Apoyo**: Comprende las acciones de información y colaboración con las ayudas externas profesionales.

## OPERATIVA GENERAL.

Una vez clasificadas las Emergencias, definimos los Equipos de Emergencia y sus funciones, a continuación se desarrollan las secuencias de actuación del Plan de Actuación en Emergencia.
Para una mejor comprensión de las acciones a realizar en cada caso, se ha dividido el Plan de Actuación en Emergencia en tres planes parciales que componen el conjunto de actuaciones a realizar en caso de emergencia. Estos tres planes son:

- **Plan de alarma**: Este Plan contempla las actuaciones a realizar desde que se detecta la emergencia hasta que se pone en marcha el Plan de Extinción y/o el Plan de Primeros Auxilios que se define a continuación.

- **Plan de Extinción**: En este Plan se desarrollan todas las actuaciones de los equipos cuya función es el ataque y neutralización de la emergencia. Este Plan lo pone en marcha el plan de alarmas y acaba cuando se ha puesto fin a la emergencia o cuando se decide el distanciamiento del Equipo de Intervención, por su peligro físico y haber solicitado ayudas profesionales.

- **Plan de Primeros Auxilios**: En este Plan se definen todas las actuaciones del equipo cuya función es el auxilio de las personas accidentadas. Este Plan lo pone en marcha el Director de Emergencia y acaba cuando han sido evacuadas a un Centro Sanitario adecuado las personas accidentadas.

## PLAN DE ALARMA.

- **Activación:** El Plan de Alarma se activa cuando una persona descubre un incendio o un accidente.

- **Secuencia operativa:** Una vez que el Director de Emergencia reciba información de la magnitud del siniestro decidirá la puesta en marcha del Plan de Extinción y/o del Plan de Primeros Auxilios, así como, la conveniencia de pedir ayuda externa profesional (Bomberos, Policía, Sanitarias, etc.), caso de que no se hayan solicitado ya por la propia magnitud del siniestro.

Durante el tiempo que transcurre desde que el testigo del incendio o accidente y el Director de Emergencia pone en marcha el Plan de Extinción y o primeros auxilios, los Equipos de Intervención deben atacar el incendio con el extintor más cercano, pidiendo ayuda a las personas más próximas, y si se considera por el Director se requerirá la presencia inmediata de Bomberos, o en caso de accidente la propia asistencia sanitaria obligatoria seguirá su protocolo de actuación, manteniendo informado al director de emergencia.

## PLAN DE EXTINCIÓN.

En el Plan de Extinción se establecen de forma secuencial las acciones a realizar por los Equipos de Intervención, en función de la gravedad de la Emergencia, como si ésta fuera evolucionando desde conato de Emergencia hasta desencadenar en Emergencia General.

Ante un **CONATO DE EMERGENCIA**:

- Director de Emergencia: Seguirá la evolución del suceso, coordinando las acciones a desarrollar y manteniendo contacto visual permanente con el área afectada, decretará el estado de Emergencia y ordenará que se transmita por megafonía u otro medio eficaz la alarma.

- Equipo de Intervención: Atacarán el fuego, bien por visión directa del incendio, en cuyo caso deben activar el Plan de Alarmas, o bien al recibir la orden de intervención del Director de Emergencia, valorando en continuo la magnitud del siniestro por si fuese necesario pasar a Emergencia General.

- Equipo de Alarma: Procederá a la alarma mediante megafonía o silbatos en caso de necesidad por proximidad de los deportistas u otro personal ajeno a la organización.

- Fin de la Emergencia: Una vez sofocado el incendio, el Director de Emergencia, restituirá la normalidad eliminando los estados de alerta e intervención de los equipos implicados a través de los medios de comunicación específicos. Seguidamente, acudirá al lugar del siniestro para, realizar una primera valoración de los daños. Posteriormente se levantará acta de los hechos ocurridos y del desarrollo de la actuación de los Equipos de Intervención, señalándose las incidencias así como cualquier hecho digno de mencionar.

Ante una **EMERGENCIA GENERAL**.

En el caso de que el incendio no pudiera ser sofocado con los medios actuantes y descritos en el apartado anterior, o por orden expresa del Jefe de las dotaciones de Bomberos desplazados (en caso de haberse producido la incorporación de los Servicios de Extinción de Incendios) se pasaría a Emergencia General.

- Director de Emergencia: En el caso de que no hayan llegado aún los Servicios de Extinción de Incendios, ordenará la actuación con todos los medios disponibles, siempre sin poner en peligro la integridad física de los actuantes. En caso contrario será el Jefe de las dotaciones de Bomberos desplazadas el que asumirá la responsabilidad del siniestro y decidirá si los equipos E.I. siguen en estado de intervención, o deben alejarse de la zona junto con el resto del personal.

- Fin de la Emergencia: El Director de Emergencia realizará una reconstrucción de los hechos, analizando las causas y consecuencias del siniestro. Se levantará un acta de los mismos para adjuntar al informe de los Servicios Públicos implicados.

**Plan de Primeros Auxilios.**

A continuación se establecen las acciones a realizar por los Equipos de Primeros Auxilios, en función de la gravedad de la Emergencia, evolucionada como Emergencia General.
Ante una **EMERGENCIA GENERAL**.

- Equipo de Primeros Auxilios: Al activarse la alarma general (por megafonía o silbatos), se trasladarán al punto de la emergencia para auxiliar a los accidentados y organizar su traslado a centros sanitarios adecuados si fuera necesario, o incluso solicitar más refuerzos sanitarios caso de accidente múltiple.

## DISPOSITIVO DE SEGURIDAD.

| CARGOS EN LA PRUEBA | |
|---|---|
| **CARGO** | **NOMBRE** |
| **DIRECTOR EMERGENCIA** | **JAIME GIL FERNÁNDEZ** |
| **COORDINADOR EQUIPO DE ALARMA** | **POLICIA LOCAL** |

| RELACION DE MEDIOS EN LA PRUEBA | |
|---|---|
| **MEDIOS** | **CANTIDAD** |
| **VEHICULOS POLICIALES** | **2** |
| **POLICIA LOCAL** | **4** |
| **VEHICULOS PROTECCION CIVIL** | **1** |
| **COMITÉ ORGANIZADOR** | **8** |
| **PERSONAL VOLUNTARIO** | **30** |
| **VEHICULOS APOYO ORGANIZACION** | **6** |

## BALIZAMIENTO Y SEÑALIZACIÓN DE LA PRUEBA.

Se utilizará cinta plástica de celulosa (respetuosa con el medio ambiente) de marcación, grapada sobre sí misma y NO anudada, para que cuando se recoja no queden restos de la cinta en el medio natural.

**PUNTOS DE AVITUALLAMIENTO.**

Los puntos de avituallamiento se montarán usando mesas de camping plegables.

A 25 metros del punto se termina la zona de avituallamiento, existiendo bolsas para basura de tamaño grande en las que los participantes tendrán que echar sus vasitos de bebida.

Cada punto de avituallamiento dispondrá de 10 bolsas, no obstante nuestra experiencia indica que cada punto sólo usará unas 2-3.

En la zona de llegada se preparará avituallamiento líquido y comida de convivencia, así como zona de duchas y masaje.

**ALIMENTOS Y BEBIDAS EN LOS PUNTOS DE AVITUALLAMIENTO.**

Respecto a las bebidas, tanto el agua como la bebida isotónica irán en bidones reutilizables de 25 Litros.

Para consumirlas se proporcionará a los participantes unos vasitos desechables que deberán dejar en las bolsas habilitadas para ello.

El puesto de mando fijo/permanente se establecerá en el Pabellón Lidia Redondo de La Zubia y estará compuesto por personal de la Organización y Servicio Médico.

| **SECUENCIA DE INTERVENCION EN CASO DE INCENDIO DURANTE LA CELEBRACIÓN** | |
|---|---|
| **BOMBEROS** | **080** |
| **EMERGENCIAS SANITARIAS** | **061** |
| **POLICÍA NACIONAL** | **091** |
| **CENTRO DE SALUD DE LA ZUBIA**<br>Cuesta de Corvales, 5. 18140 – La Zubia (Granada) | **958893460** |
| **CLUB DEPORTIVO CULTURAL AL BORDE DE LO INCONCEBIBLE** | |
| **D. ANTONIO MARIA GARCIA FERNANDEZ**<br>(Director Ejecutivo) | **681220704** |
| **D. JAIME GIL FERNÁNDEZ**<br>(Director de Emergencia) | **610631859** |
| **D. ANTONIO JOAQUIN MOLINA MONTES**<br>(Responsable Seguridad Vial y Prevención Medioambiental) | **663801730** |
| **Dª. SILVIA MARTÍNEZ DIZ**<br>(Doctora) | **606656767** |

La Zubia a 12 de junio de 2024

El Director Ejecutivo

Fdo. Antonio María García Fernández
DNI 24297077S

El Responsable de Seguridad Vial
y Prevención Medioambiental

Fdo. Antonio Joaquín Molina Montes
DNI 24244572L