

DECALOGO MEDIOAMBIENTAL, queremos ser respetuosos con el medio ambiente y socialmente responsables.

Obligaciones de los deportistas relacionadas con el respeto y cuidado del medio natural

Estas obligaciones también deberán tenerse en consideración durante los periodos de entrenamiento de los deportistas, previos a su participación en una prueba deportiva:

Respetar el entorno. No dañar los recursos naturales, geológicos, culturales.

Respetar el itinerario establecido y balizado por la organización, no saliéndose de éste. Evitar senderos secundarios al sendero principal. No atajar campo a través. Evitar recortar por el interior de las curvas.

La prohibición de tirar basura (desperdicios, envolturas, alimentos o material) salvo en los lugares habilitados por la organización.

No emitir señales ni destellos luminosos, excepto la iluminación frontal del recorrido, en tramos nocturnos. Se debe evitar el entrenamiento y pruebas nocturnas ya que alteramos la vida normal de toda la fauna.

Denunciar cualquier conducta medioambiental negligente de otros corredores.

Marcar geles, barritas, etcétera, con el número de dorsal.

No gritar durante el recorrido. Mantenerse en silencio.

Evitar pisar en el interior de zonas húmedas: charcas, arroyos, turberas, etcétera.

OTRAS CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA:

Uso de los caminos y senderos existentes.

Si existen senderos bien marcados, úsalos.

No corras fuera de pista. Crearás nuevos senderos, fomentarás a otros a seguir estos senderos nuevos y aumentarás nuestro paso en el medio ambiente.

Ten respeto por los caminos cerrados y evita invadir fincas privadas. Pide permiso primero para entrar y correr en terrenos privados. En el caso zonas ganaderas con vallas y puertas cerradas, déjalas como las has encontrado.

Respetar la vida animal.

No molestes o acoses a la vida silvestre o de granja. Hay animales que temen un acercamiento repentino y su comportamiento puede ser peligroso. Dale espacio para adaptarse a tu presencia.

No asustes a otros usuarios.

Cuando se va corriendo conviene ser cortés con el resto de los usuarios, bien sean corredores o senderistas. Cuando te acerques a otro usuario avisa de tu llegada.

Se puede mostrar respeto al pasar, bien ralentizando el ritmo de carrera o deteniéndose si es necesario para evitar el contacto accidental. Cede el paso a los demás usuarios del sendero (ciclistas, excursionistas, caballos), se cortés.

No tires basura

Llévate toda la basura que eres capaz de generar, todos tus residuos deben volver contigo, no los dejes en el monte.

Considera la posibilidad de prendas de vestir con bolsillos de cremallera o la misma mochila que suele tener un lugar para guardar la basura que encuentres en el camino. Aprende a utilizar técnicas de mínimo impacto para disponer de los residuos humanos.

Seguridad.

Infórmate de la zona donde vas a correr y notifícalo a alguien cercano. Corre en compañía si es posible y lleva un mapa si vas a zonas desconocidas.

Lleva el material necesario para la salida y piensa en las peores condiciones, ten en cuenta la duración de la salida con imprevistos y lleva suficiente agua, sales o comida para tiradas largas.

El aspecto más importante en la seguridad es conocer y respetar sus propios límites.

Deja las cosas como las ha encontrado.

Deja los objetos naturales o históricos igual que los ha encontrado, esto incluye flores silvestres y pastos.

La eliminación o la recogida de los marcadores del sendero es un acto de vandalismo grave que pone en peligro a los demás.

La Organización quiere concienciar a la población con este decálogo de la convivencia positiva entre los deportistas y el medio ambiente para ello ha recopilado datos de la Guía FEDME de buenas prácticas en espacios naturales protegidos, documento borrador de Julio de 2016. Para ello invitamos a su lectura a todo el que desee profundizar en el cuidado del medio ambiente.

Para ello, entre otras muchas funciones, nos comprometemos a:

- **Organización pre-competición (administración, solicitar con tiempo suficiente todos los permisos y autorizaciones necesarias, controles, trazado del itinerario, marcaje y equipamientos del mismo, información meteorológica, equipamientos de salida y llegada, mapa con el itinerario y perfil, difusión de la prueba...).**

- **Recibir y registrar a todo el personal acreditado para la competición.**

- **Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas acatando las indicaciones realizadas por los supervisores**

medio ambientales.

- Velar por la seguridad en todo el itinerario de la competición.
- Velar por reducir al mínimo los impactos ambientales generados por la competición.
- Ofrecer servicios para los supervisores medioambientales, prensa y medios de comunicación.
- Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.
- Organizar ceremonias de apertura, entrega y clausura sin repercusión negativa medioambiental.
- Colaborar con los supervisores medioambientales en todo momento.
- Indicar, expresamente, que la prueba se realiza en un espacio natural protegido, informando a los participantes sobre los valores naturales de éste, y los principales condicionantes ambientales establecidos en la autorización para garantizar su conservación. Compromiso de informar a los corredores de la conducta ambiental que deben seguir durante la carrera (no gritar, no salirse de los caminos, no atajar, no arrojar basura).
- Compromiso del cumplimiento de la regulación ambiental que resulte de su aplicación.
- Los voluntarios recibirán una mínima formación ambiental para desempeñar su labor (vigilancia de los puntos sensibles, conocimiento de la Guía de buenas prácticas para el desarrollo de carreras por montaña en espacios naturales protegidos , identificación de impactos, sensibilización a los corredores, etcétera.
- Compromiso de informar a los corredores sobre los impactos que pueden producir los entrenamientos sobre el trazado de la carrera, y que por lo tanto, éstos deberán también regirse por las mismas buenas prácticas indicadas por la organización para el día de la prueba.
- Contemplar la posibilidad de que los corredores participen en el mantenimiento y restauración de los senderos por los que trascurra la prueba, y que hayan sido dañados por el desarrollo de ésta.
- Informar sobre los accesos (facilitar mapa), marcar zonas de tránsito permitido, horas de paso de corredores y lugares donde deben ubicarse los acompañantes (donde la afección al medio sea nula o mínima).

- Recomendar hacer uso del transporte público. En caso de utilizar vehículos privados, circular y estacionarlos en las zonas habilitadas por la organización y la administración del espacio protegido.

- Evitar las emisiones sonoras dentro del medio natural (megafonía

- Informar sobre la velocidad de circulación permitida de los vehículos en el interior del espacio protegido.

- Informar sobre aspectos de interés del espacio protegido (natural, cultural). Es una buena ocasión para conocer y disfrutar de estos espacios.

- Informar sobre las prohibiciones de provocar alteraciones sobre las especies de fauna y flora, su captura o molestia intencionada y el daño o recolección de las especies de flora o de cualquiera de sus partes (flores, frutos, etcétera).

- Informar sobre las prohibiciones de dañar el medio geológico o el suelo, utilizando los caminos y senderos existentes, evitando el tránsito campo a través, en la medida de lo posible.

- Invitar a ser responsable de sus residuos y trasportarlos hasta su residencia habitual o en todo caso, hasta el lugar de recogida selectiva, en los núcleos urbanos.

- Informar sobre la conveniencia de no utilizar fósforos y cigarrillos, si se utilizan, deberán apagarse cuidadosamente, depositando las colillas en contenedores.

- Descripción de los valores del espacio protegido por el que discurre la prueba, y su fragilidad ambiental (con un enfoque dirigido hacia la sensibilización y la educación ambiental).

- Identificar y minimizar los posibles impactos, ocasionados en el espacio protegido, por el desarrollo de la prueba, su ponderación, así como definir las medidas necesarias para aminorarlos.

También desde la organización nos comprometemos a:

Previas a la carrera: para generar el perfil exacto de la ruta e identificar: las zonas más frágiles, las medidas para aminorar los impactos, incorporar una señalización especial o la ubicación de voluntarios o

árbitro ambiental.

Día antes de la carrera: poner en marcha el balizamiento completo de la prueba y toma de datos para la medición de los posibles impactos.

Durante la carrera: controlar que se cumplan con el trazado establecido y con las medidas impuestas.

Posterior a la carrera: recogida de todo el material de señalización (balizas y otros) , recogida de los posibles residuos ocasionados por el paso de los corredores y espectadores y, toma de datos de los impactos ocasionados por la carrera.

ESTE DECALOGO- GUIA NOS SERVIRÁ A TODOS LOS AMANTES DE LAS PRUEBAS DEPORTIVAS EN EL MEDIO AMBIENTE A SEGUIR DISFRUTANDO DE ELLAS DURANTE MUCHO TIEMPO.