

Previa a la finalización del proceso de inscripción en la prueba, es necesaria la lectura de las estas Recomendaciones Iniciales de Seguridad.

Pruebas deportivas como la Maratón del Meridiano o su Kilómetro vertical son eventos de alta exigencia deportiva. Participar en ellos conlleva la exposición a riesgos derivados de esta práctica deportiva. Implica una notable capacidad física, ser capaz de correr por senderos de montaña, con todas sus particularidades, en un entorno en el que los incidentes suelen tener consecuencias.

Por ello, la organización ha establecido un importante operativo de seguridad, a partir de un elaborado Plan de Seguridad, destinado a minimizar los riesgos existentes, y a permitir una primera intervención ágil y proporcionada a las incidencias que se puedan producir.

Pero a pesar de todo, es responsabilidad del participante estar informado de todas y cada una de las características del evento, riesgos derivados del mismo, y tipo de respuesta que se proporcionará por parte de los medios de intervención y rescate.

Resulta obligatoria la asistencia a las charlas técnicas o briefing de seguridad que se celebrarán el día previo a la prueba, o momentos antes de la salida en las horas y emplazamientos que serán comunicados con suficiente antelación por parte de la organización.

Complementariamente a estas charlas, la organización proporcionará información de seguridad adicional, a través de los medios oficiales de difusión, **sin que sea sustitutiva** de la **asistencia obligatoria** a las charlas indicadas. El corredor ha de permanecer atento a todas las informaciones, recomendaciones y aclaraciones que se difundan por estos canales, como parte esencial de su preparación para las pruebas.

El Corredor

Como se ha señalado antes, disputar este tipo de pruebas requiere de una condición física adecuada para el nivel de esfuerzo al que se expone el corredor.

El participante no deberá sufrir ningún problema de salud que no recomiende su participación en la prueba sin riesgo, ni que pueda agravarse como consecuencia de dicha participación. Se recomienda por tanto que el participante esté convenientemente informado de su condición médica, y supervise su evolución a lo largo del año y de su preparación.

Tendrá, en general, la destreza, capacidad y experiencia necesaria para afrontar la distancia seleccionada.

El Medio

Esta prueba no se celebra en un medio cualquiera. Se celebra en la isla de El Hierro, a través de sus parajes naturales, exponiendo por tanto al corredor a condiciones meteorológicas cambiantes, y a una hermosa pero complicada orografía.

La meteorología no es motivo de base para la suspensión de la prueba, erigiéndose como un elemento propio de su carácter, en tanto no se ponga en riesgo la seguridad de los participantes. Por ello, el corredor deberá estar preparado para afrontar bajas temperaturas, lluvia, viento, calor, y cualquier meteoro que pudiera presentarse.

En el hipotético caso de que las condiciones sean extremas, o se produzca la activación de algún Plan de Emergencias y/o Protección Civil (PEFMA, PEIN, PEMU, etc), la organización se remitirá a los aspectos señalados en las Condiciones de Participación Específicas en lo referente a la suspensión o cancelación de la prueba.

De igual manera que la meteorología parte de la prueba, también lo son las dificultades del terreno. Circular por los senderos, pistas y caminos de la Isla de El Hierro es una experiencia única, que obliga al corredor a prestar toda su atención a los elementos presentes en su tránsito. Pendientes, rocas, cárcavas, ramas... el número de elementos que puede encontrar el participante es innumerable, y al margen de la señalización específica que pueda establecerse, recae sobre el corredor asumirlas como obstáculos propios de la prueba, y parte necesaria de la belleza del recorrido. Los golpes, y las caídas a mismo y distinto nivel pueden ser siempre evitables, pero solo con la contribución del participante.

El tráfico

A pesar de su cuidado trazado, en determinados momentos la prueba se ve obligada a cruzar vías destinadas al tráfico rodado. En dichos casos, la organización habrá dispuesto señalización adecuada y/o personal de corte, que gestionará el paso seguro del corredor. Es importante recordar que el tráfico de vehículos **no se interrumpe** para la celebración de la prueba, por tratarse de vías esenciales para el funcionamiento de la isla. Por ello, la atención del corredor es, una vez más, imprescindible, así como el incuestionable cumplimiento de las instrucciones del personal de organización.

Asistencia y evacuación

A lo largo del recorrido, los participantes encontrarán puntos de control y de asistencia repartidos con regularidad, con el fin de asegurar la mejor y más rápida asistencia a los corredores que lo necesiten. Pero una prueba de montaña como esta implica circular tramo tras tramo por zonas deshabitadas y sin otra compañía que el resto de los participantes. Por ello, resulta tan importante que los corredores, que son nuestra máxima prioridad, sean también nuestra primera alerta.

Cuando se comunica a cualquiera de los miembros de la organización la existencia de un problema o de un compañero necesitado de atención, se minimizan los tiempos necesarios para evitar riesgos innecesarios, y para asistir a aquellos que lo necesitan.

Para poder realizar dicha asistencia, la prueba cuenta con Equipos de Rescate, destinados a facilitar la extracción de los corredores a zonas en las que puedan ser asistidos y transportados por los medios sanitarios. Pero existirá siempre una limitación temporal, dependiendo del lugar en el que el corredor requiera su presencia. Por ello, es importante que el participante aproveche los puntos de control y de cierre establecidos para solicitar asistencia si esta fuera necesaria.

Alguna prueba en concreto, como el **Kilómetro Vertical**, por ejemplo, presenta únicamente dos puntos de evacuación posible: en la salida y en la llegada. Esto implica que los equipos de rescate deberán necesariamente trasladar al participante a alguno de dichos puntos con vistas a su transporte sanitario, si este fuera necesario.

Por último, es importante recordar que los medios de transporte sanitario tienen como función la derivación de pacientes con riesgos para su salud a los lugares destinados a su asistencia. No son, por ello, transportes públicos destinados a trasladar a los corredores que hayan decidido abandonar la prueba por otras circunstancias. Para ellos, la organización arbitrará los medios adecuados para su transporte a Meta.

Avituallamientos

La organización distribuirá de forma adecuada los avituallamientos de carrera, tal y como se establecerán en el reglamento de la misma. Aquellas personas que puedan tener problemas derivados de alergias, intolerancias, etc., hacia

determinados productos, deberán consultar dichas necesidades especiales con la organización de la carrera, y en todo caso habrán de considerar la utilización de las opciones más seguras entre aquellos múltiples productos que se les ofrezcan.

En todo caso, los participantes son libres de asegurar y complementar su avituallamiento con las bebidas y alimentos que consideren conveniente llevar. Especialmente si desean que los intervalos sean diferentes a los establecidos por la organización a través de los avituallamientos oficiales.

La Dirección de Seguridad del evento queda a su entera disposición para cualquier consulta que quiera realizarse, a través de las direcciones de contacto ofrecidas por la prueba en sus medios oficiales.