

PREPARACION DE RUTAS

Prepara la ruta con antelación. Calcula tiempos, distancia, nivel de dificultad, imprevistos y poder volver antes de que se haga de noche, si no vas preparado para dormir al aire libre.

Estudia la ruta una vez la hayas decidido:

- Consulta puntos y fuentes de agua en páginas y guías especializadas.
- Localiza refugios o cabañas en tu ruta de senderismo.
- Ten preparado un plan B o camino alternativo por si tienes que acortar la ruta.
- Ten presente un punto de no retorno en el que sepas que es más fácil continuar que dar la vuelta en caso de emergencia sobrevenida

Consulta las condiciones meteorológicas.

Infórmate de los posibles peligros objetivos.

Debes conocer los riachuelos, pantanos y otros con su respectiva profundidad si es que están dentro de tu sendero a seguir.

Prepara una ruta alternativa cerca de la zona por si llegado el caso no puedes acceder a la que tienes prevista o por otras circunstancias está prohibido transitar por el recorrido previsto.

Conoce al grupo con el que realizarás la caminata por si hubiera alguna necesidad especial entre alguno de los miembros.

Avisa a alguien que no vaya contigo de la ruta que vas a hacer para que esté pendiente por si surgen imprevistos.

Si vas a llegar hasta el comienzo de la ruta en coche, debes conocer los accesos, y llegar con tiempo para asegurarte de encontrar sitio para aparcar y, si vais varios, intentad llevar el menor número de coches posibles.

Es importante conocer la señalización de senderos: senderos locales, en verde oscuro; senderos de pequeño recorrido, en amarillo; senderos de gran recorrido, en rojo.

Infórmate de costumbres, curiosidades y todo lo que creas de interés de la zona donde realices la actividad.

Mira libros, mapas, internet. Pregunta a gente que haya realizado la ruta y que te dé consejos. Conoce los puntos clave, las zonas de ocio, las opciones de transporte público, restaurantes, etc.

Apunta números de teléfono de G.civil, hospital, emergencias, etc. de la zona donde vayas a moverte.

No olvidar la documentación personal (DNI, Tarjeta Federativa, Seguro médico, etc.)

.