22. Actúa con prudencia

Aunque el senderismo no esté considerado como una actividad de alto riesgo la realidad es que gran parte de los rescates suceden a este colectivo.

Con las decisiones que los senderistas toman sobre la marcha pueden poner en peligro al grupo o provocar o agravar un contratiempo, y como **federados** debemos recordarlo siempre.

Hay que ser consciente de que la seguridad de cada uno depende de uno mismo y de sus decisiones.

Como norma, estas actitudes son importantes:

1. Empezar a **buena hora**
2. Valorar a todos los miembros del grupo de forma constante
3. No separarse del grupo ni dejar a nadie solo
4. Tener en cuenta las **alternativas más cortas**
5. Beber, comer y protegerse del sol adecuadamente

Copyright 2025

6. Usar los mapas y comprobar los horarios

7. Comprobar que la **meteorología** no supone un riesgo

Revision #1
Created 1 February 2022 11:37:26 by Equipo CATEDU
Updated 1 February 2022 11:37:26 by Equipo CATEDU

Copyright 2025