

Protocolo de Accidentes y Normas de uso

Canoa Aventura

Canoa Aventura 2024 SL

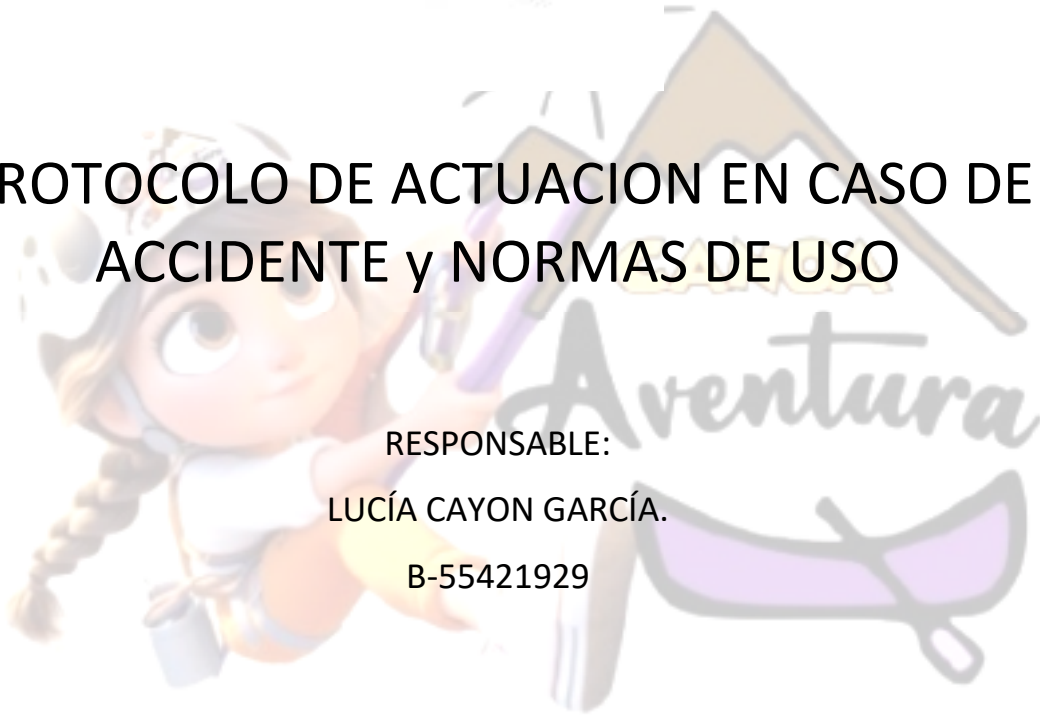


PROTOCOLO DE ACTUACION EN CASO DE ACCIDENTE y NORMAS DE USO

RESPONSABLE:

LUCÍA CAYON GARCÍA.

B-55421929



Canoa Aventura

Canoa Aventura 2024 SL

INTRODUCCION

En este documento se recogen las situaciones de emergencia que son más previsibles en la realización de las actividades deportivas.

La finalidad de este documento es la de establecer unas pautas de comportamiento en situaciones de emergencia, que permitan actuar a las personas de forma rápida y eficaz.

A fin de garantizar la eficacia del documento, todos los trabajadores de la empresa y los clientes deberán conocer el contenido del Protocolo de actuación en caso de accidentes.

OBJETO DEL INFORME

El Protocolo desarrollado en el presente documento persigue la obtención de una serie de objetivos que se plantean a continuación.

Ante una situación de emergencia se debe tener una respuesta clara, concreta y concisa a las preguntas:

- ¿Que se hará ¿
- ¿Quién lo hará ¿
- ¿Cuándo ¿
- ¿Como ¿
- ¿Dónde se hará ¿

Uno de los requisitos necesarios es la confianza en que una organización humana suficientemente entrenada puede ser capaz de realmente afrontar las emergencias y disminuir en gran medida las consecuencias derivadas de su ocurrencia, desde el punto de vista no sólo económico sino, lo que es más importante, de la posible pérdida de vidas humanas.

Es fundamental, asimismo, que el nivel de mentalización en seguridad de las personas habituales en las actividades, y en especial de la dirección, sea el más elevado posible.

LA LABOR DE PREVENCIÓN PARA EVITAR LAS SITUACIONES DE EMERGENCIA ES DE TODOS.

DESCRIPCION DE ACTIVIDADES, ANALISIS DE RIESGOS, MEDIDAS DE PREVENCIÓN

La empresa objeto del presente informe "CANOA AVENTURA ", se dedica al turismo activo realizando las siguientes actividades:

PIRAGUISMO

Práctica deportiva que consiste en navegar con piragua, canoa o kayak.

La duración mínima es de 4 horas, incluyendo desplazamientos desde nuestra base y el propio desarrollo de la actividad.

Se utilizará indumentaria apropiada para la práctica de deportes acuáticos, zapatillas o escarpines, apropiado el uso gorro, crema solar. Imprescindible uso de chaleco salvavidas.

El cliente tiene la obligación de informar de enfermedades o patologías que puedan mermar su actitud física y mental, así como cualquier medicación o sustancia que perjudique lo anteriormente descrito.

Canoa Aventura

Canoa Aventura 2024 SL

Las mujeres en estado de gestación no podrán realizar la actividad. Por

otra parte, los requisitos mínimos son:

- Saber nadar.
- Tener movilidad normal.
- Edad mínima en función de la capacidad del adulto.

Asimismo, al ser una actividad desarrollada en el medio natural, su realización depende de las condiciones climáticas, por lo que su práctica conlleva el seguimiento de los partes meteorológicos durante su desarrollo y con anterioridad.

La empresa se reserva el derecho de suspender o derivar a otra actividad de similares características si por motivos de seguridad fuese necesario.

La revisión y el mantenimiento del material y accesorios será tarea de los propios técnicos que la desarrollen, utilizando para ello las fichas específicas para su registro.

Para la limpieza de material utilizado, se seguirá el protocolo correspondiente, incluyendo los productos específicos para una correcta higiene (antibacterianos, jabones etc.).

En cuanto al material a aportar por el cliente, será el siguiente:

- Botas o zapatillas que aseguren los pies.
- Bañador.
- Toalla.
- Ropa de repuesto.

2-ANALISIS DE RIESGOS.

- **Climatología y tormentas:** debido a climatologías adversas, al aumento del caudal es un factor importante de riesgo, por lo que habrá una medida máxima en función de las referencias de cada río.

Considerar también que tanto la lluvia como el viento, pueden ser importantes.

- **Caídas de personas al mismo nivel:** resbalones, torceduras..., al ser zonas húmedas puede haber vegetación o materiales que puedan provocar estos accidentes.
- **Vuelcos:** vuelcos de la embarcación en la que nos desplazamos.
- **Accidentes causados por seres vivos:** picaduras de insectos, víboras, garrapatas etc.
- **Quemaduras, hipotermia y golpe de calor:** la climatología influye en la temperatura del agua.
- **Manipulación manual de cargas y sobreesfuerzos:** carga y descarga del material para el descenso. Lesiones musculares y roturas, al adoptar posturas forzadas o por la incorrecta utilización de los medios técnicos.
- **Accidentes "in itinere":** al no respetar las normas de circulación o por posibles accidentes provocados por otros usuarios.

3-MEDIDAS DE PREVENCIÓN.

Se establece un decálogo de actuación en el que se define por escrito las particularidades de la actividad, los requisitos mínimos y unas medidas de seguridad básicas.

El deber de información tanto de la empresa al cliente como del cliente a la empresa, se hará por escrito siempre que sea posible, teniendo claro ambos, la información necesaria para establecer un mínimo de seguridad.

Los requisitos de los clientes se definirán en la ficha propia de la actividad a desarrollar que contiene información específica (riesgo, duración, edad mínima, máximo y mínimo de participante etc.).

El personal técnico y ayudantes serán los encargados tanto de la revisión, como del mantenimiento del material, siendo este certificado y homologado por la CEE.

El personal técnico y la empresa podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciase que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido.

3.1 CLIMATOLOGÍA Y TORMENTAS.

- Se tendrá en cuenta las previsiones meteorológicas, revisando los partes diariamente. En caso de tormenta local, se observará el cielo, los vientos y la presión
 - atmosférica, siendo una referencia disuasoria para evaluar el riesgo.
- Si notamos un cosquilleo en la piel o si los objetos metálicos emiten un extraño zumbido, es debido a que se están desplazando las cargas eléctricas que producen las tormentas, se valorará el riesgo y se actuará en consecuencia.
- Ante posibles tormentas eléctricas o de granizo, se utilizarán los escapes del río, para así proceder a la evacuación de los participantes. En caso de una tormenta eléctrica repentina, la evacuación sería inmediata por la primera salida. Una vez fuera del río, nos desprenderemos de los elementos metálicos, nos reagruparemos en una zona abierta y segura, y adoptaremos la posición fetal en cuclillas.
- Ante posibles crecidas repentinas, se vigilará el caudal. En el caso de una continuidad en la subida, se procederá a la evacuación.
- Después de cada alteración en el cauce, se revisarán las zonas afectadas (pozas, pasos estrechos, equipamientos etc.).
- Se tendrá en cuenta la cuenca de recepción, haciendo referencia al drenaje o los posibles movimientos de tierra que pueda provocar (caliza, cuarcita etc.), así como los elementos vegetales derivados de la naturaleza de la zona.

3.2 CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL.

- Vigilarán el calzado los clientes, observando suelas y sujeciones.
- Nos anticiparemos y señalaremos las zonas que se prevén más susceptibles de resbalones (zonas con musgos, barro etc.).

3.3 VUELCOS.

- Asegúrese de poder abandonar el kayak en la eventualidad de un vuelco.

3.4 ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS.

- Evitar en la medida de lo posible, las zonas conocidas por la presencia de avispas, garrapatas, víboras etc.
- Aplicar repelentes y examinarse después de la actividad, duchándose y frotándose con agua y jabón, revisando las partes íntimas.
- En el deber de información de los participantes, nos indicarán posibles alergias para los casos anteriormente descritos.

3.5 QUEMADURAS, HIPOTERMIA Y GOLPES DE CALOR.

- Protegerse al máximo del viento y la pérdida de temperatura.
- Los tiempos de espera han de reducirse en la medida de lo posible, siendo un factor que influye directamente en la pérdida de calor por parte de los participantes.
- El golpe de calor es la consecuencia más grave derivada de una excesiva actividad física o exposición al sol, su previsión estará enfocada a evitar un aumento de la temperatura corporal.

3.6 MANIPULACION MANUAL DE CARGAS Y SOBRESFUERZOS.

- Lesiones musculares y roturas: se utilizarán zapatillas o botas que se ajusten bien al pie.
- Antes de realizar movimientos bruscos o de mucho esfuerzo físico realizaremos los oportunos ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- Se adoptarán medidas técnicas u organizativas para evitar la manipulación manual de cargas.
- El peso máximo de los materiales a manipular manualmente de forma continua y en condiciones ideales, será de 25 Kg. Estas condiciones nos tienen que permitir, ya sea con espacio suficiente, fácil sujeción de la carga y un levantamiento seguro y sin esfuerzos. En caso contrario se manipularán entre más de una persona. Los diferentes pasos que hemos de seguir siempre para levantar una carga, son los siguientes:
 1. Fijar firmemente los pies.
 2. Situar un pie más adelantado que otro.
 3. Aproximarse la carga lo máximo posible.
 4. Doblar siempre las piernas.
 5. Nunca arquear el tronco.
 6. Asegurar bien el agarre.
 7. Repartir el esfuerzo entre las piernas y los brazos.
 8. No girar el tronco ni mover los pies.

- Se utilizarán equipos de protección individual cuando sean necesarios.

3.7 ACCIDENTES “IN ITINERE”.

- Circularémos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico.
- Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente.

- Realizar reciclajes periódicos de formación a través de monografías sobre seguridad vial escritas.
- Periódicamente se revisarán entre otras cosas el correcto estado de los elementos de seguridad de los vehículos (frenos, cubiertas, niveles etc.).
- Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos.
- Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebra...en definitiva en los lugares en los que sea necesario.
- Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc.
- Está completamente prohibido fumar dentro del vehículo.
- Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse los cinturones de seguridad y circular en todo momento con ellos abrochados.

4- DECALOGO DE ACTUACIÓN.

El Cliente-guía tiene la obligación de preparar y conducir la actividad, proporcionando a sus compañeros el material necesario, en buenas condiciones de uso y limpieza. Sus labores están divididas en tres fases.

- 4.1 Preparación de la actividad
- 4.2 Desarrollo de la misma
- 4.3 Después de la actividad: limpieza, revisión y ordenación.
- 4.4 Entregar a la empresa para su guardado.

4.1 PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD.

Lo primero es establecer una valoración de las condiciones climáticas que se prevén (vientos, cielo, presión etc.).

Después se planteará la hoja de ruta con el coordinador de la actividad, con información precisa del número de personas y en general aspectos relativos a la seguridad.

La preparación se realiza tomando como referencia la ficha descriptiva del río a realizar.

Se mantendrá siempre el mismo orden para prepararlo:

1. Material para los clientes: chaleco salvavidas.

4.2 DESARROLLO DE LA MISMA

Esta fase comienza con la llegada de los clientes a la oficina y finaliza con el regreso a la misma.

- Se realizará una acogida cordial y amistosa. Nos comunicaremos con una sonrisa. Buenos días/tardes.
- Se les solicitará el abono.
- Se explicará el desarrollo de la actividad: punto de destino, dificultad, horarios etc.
- En todo momento se mantendrá ese espacio imaginario de respeto y complicidad con el cliente, sin llegar a invadir su intimidad.
- Se llamará al cliente por su nombre (siempre que sea posible).
- Llegada al punto de destino: una vez en la zona establecida procederemos a repartir de forma ordenada los chalecos salvavidas de los clientes, informándoles de la correcta colocación de los mismos.
- Asimismo, les aconsejaremos realizar sus necesidades fisiológicas antes del comienzo de la actividad. Las prendas de recambio evitaremos dejarlas a la vista en previsión de posibles robos al encontrarnos en un lugar apartado.

- Se recomendará llevar el pelo recogido, así como no llevar durante el recorrido pulseras, reloj, collares, anillo etc. Una vez ajustado y revisado el material de los clientes procederemos a efectuar la aproximación al río.
- Recorrido en el río: una vez lleguemos al punto de inicio del descenso comenzaremos la charla, referida al lugar en el que nos encontramos. Particularidades del entorno, dificultades que se van a encontrar en él.
- Nos situaremos en semicírculo y procederemos a la charla.
- Metodología Técnica:
 1. A parte de la revisión de los accesorios de los clientes, el Cliente tiene la obligación de comprobar las instalaciones fijas, así como las partes desechables que ésta llevan.
- Recogida del material y traslado de regreso:
 1. Al llegar al vehículo, indicaremos cómo y dónde se pueden quitar el material:
 - ✓ Los chalecos se aflojarán procurando que no rocen contra el suelo, colocándolos y su sitio.
- Llegada a la oficina de origen: siempre que sea posible, se abrirán y cerrarán las puertas de los vehículos. Una vez en las oficinas, se les solicita la hoja de sugerencias y se les indica la posibilidad de utilizar los vestuarios.
- El material utilizado, se descargará en la nave o zona de limpieza y mantenimiento.

4.3 LIMPIEZA, REVISIÓN Y ORDENACIÓN.

- Una vez en la zona de mantenimiento, descargaremos el material por el siguiente orden:
 1. Chalecos salvavidas. Se revisarán, limpiarán y secarán.
 2. Se revisará el botiquín, y si se ha utilizado se repondrá lo que corresponda.
 3. Al día siguiente revisaremos si los chalecos están secos y emparejaremos chaquetas y petos por tallas y modelos.
 4. Todo el material se revisa al ser recogido.

4.4 MEDIO AMBIENTE.

Al navegar por el Deva descubrimos un mundo lleno de vida. Patos, garzas, cormoranes y el famoso Martin pescador entre las aves; nutrias, corzos, zorros, ardillas son también visibles y como no, numerosos peces entre los que destacan la trucha y el salmón. La flora de ribera también es muy singular.

Debemos respetar nuestro entorno; tanto la fauna como la flora no debe alterarse debido a nuestra presencia. Jamás dejaremos objetos, basuras o alimentos en estos entornos. El respeto al medioambiente ha de ser máximo, evitando cualquier daño a los mismos.

5. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE.

Ante un accidente se elabora un esquema de actuación con las siguientes pautas:

- Protegeremos al herido manteniendo la calma. Evaluaremos la situación, intentando minimizar situaciones de histeria, guiando a un sitio establecido como seguro al grupo.
- En caso de que fuera una lesión leve se advertirá al técnico responsable y se evaluará la cercanía del próximo escape para proceder a la evacuación aplicando primeros auxilios en caso necesario.
- Si fuera grave, nos pondríamos en contacto con el 112, informando detalladamente sobre: descripción de lo ocurrido, localización más exacta posible, número de accidentados, posible punto de encuentro con los servicios de emergencia, condiciones meteorológicas presentes en la zona, número de teléfonos de contacto.
- Procederíamos una vez avisados los servicios de emergencias a socorrer al accidentado:
 1. -En caso de lesión de gravedad, se situará al herido en posición lateral de seguridad, tapándolo con una manta térmica y evitando que pierda calor hasta que lleguen los equipos de emergencia.
 2. En el caso de que esté inconsciente se mirará respiración y pulso. Si carece de respiración se procederá a efectuar respiración artificial, asegurándonos que tiene despejadas las vías respiratorias. En consecuencia, ante la pérdida de pulso se realizará masaje cardíaco. Si carece de ambas comenzaremos la RCP (reanimación cardio-pulmonar)
- El rescate y evacuación estará coordinada por el técnico responsable siempre bajo las órdenes y la colaboración con los servicios competentes.
- El personal de la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciaran que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido.
- Una vez finalizado el rescate y la evacuación, nos pondremos en contacto con la empresa aseguradora para informar del siniestro.
- El informe se hará por escrito, dejando constancia de todo lo acaecido, indicando los datos del accidentado (nombre, apellidos, DNI, lesión, actividad, zona, fecha etc.).

FICHA PÚBLICA DESCENSO DE RIOS DEVA Y CARES

Actividad	Servicio	Tipo de servicio	
Descenso de Rios	Rio Cares o Deva	Descenso libre	
Descripción			
Actividad de descenso de rios. Rio Cares-Deva, situado en el área de la localidad de Peñamellera Baja, paralelo a la carretera de acceso. La entrada se hará por la base de Siejo habilitada a tal efecto, tiene un acceso inmediato y un regreso con servicio de recogida en Buelles o Vilde.Actividad sujeta a condiciones climáticas. Cares, situado entra la Xana, Peñamellera alta y Siejo, Peñamellera Baja. En este caso el traslado es anterior a la actividad. Cares Alto. Situado entre El coto Miñances y el Puente La Vidre, Peñamellera Alta. Los traslados anterior y posterior están incluidos en la actividad. Cares Medio. Situado entre el Punete de Caldabones y el parque de Mier en Peñamellera Alta. Los traslados anterior y posterior están incluidos en la actividad.			
Edad mínima	Duración aproximada	Nivel de dificultad	
No existe mínimo. Recomendamos 8 años. Los menores siempre con adultos responsables.	3,5 hora en el rio más transporte. Unas 3,5 horas.	Iniciación media	
Lugar de desarrollo	Punto de encuentro		
Concejos de Peñamelleras Alta y Baja Y Concejo de Cibrales	Oficinas		
Nº mínimo y máximo	Ratio clientes-monitor		
Mínimo 1 . Máx consultar	Descenso Libre		
Materiales y equipamiento que incluye	Equipamiento personal		
Chaleco Salvavidas, Palas, canoa, Bidon No estanco Casco y neopreno < de 20 grados,	Traje de baño, zapatillas o escaarpines, proteccion contra el sol.		
Capacidades personales	Temporada		
Saber nadar, movilidad normal, no apto embarazadas ...	Todo el Año		
Condiciones de reserva y pagos			
Pago previo y confirmación con ticket en recepción			
Instalaciones			
Disponemos de varias oficinas con vestuarios y alojamientos como origen. Una nave de almacenamiento, limpieza y revisión y varios vehículos para el transporte.			
Seguros			
Responsabilidad civil, nº de póliza: llx2025000114 Accidentes, nº de póliza: 20250420360442			
Tarifa. Consultar descuentos			
Menores de 18 años		Mayores de 18 años	
De 1 a 7 pax	30€ / 40€	De 1 a 7 pax	30€ / 40€
De 8 a 15 pax	consultar	De 8 a 15 pax	consultar
De 16 a 24 pax	consultar	De 16 a 24 pax	consultar
Más de 24 pax	consultar	Más de 24 pax	consultar

FICHA INTERNA DESCENSO DE RIOS CARES Y DEVA

Actividad	Servicio	Tipo de Servicio
Descenso de Rios	Rio Cares - Deva	Guiado o libre
Destinatarios	Cualquier persona que sepa nadar, tenga movilidad normal, no padezca fobias, no tenga patologías físicas o psíquicas, no embarazadas, edad en función de nivel.	
Requisitos Legales	Autorización del organismo competente (Consejería de Turismo)	
Personal	Primeros auxilios	
Plan de seguridad preventiva		
Material del Seguridad	Botiquín con caja acuática. Teléfono, silbato, navaja, neoprenos, chalecos salvavidas, material técnico, bolsas para material mojado, caja para accesorios, calzado adecuado.	
Factores previos a la seguridad	Control del parte meteorológico: cielo, vientos, presión, nivel de agua ... Cerciorarse de las condiciones requeridas.	
Factores in situ de seguridad	Entregar el material fuera de la carretera, en una zona limpia y cómoda. Comprobar los elementos de protección y seguridad. Todos los equipos serán revisados in situ. Observar las condiciones meteorológicas (viento, nivel de agua, nubosidad etc.).	
Botiquín	Guantes desechables de látex y plástico, bolsas para echar material desechable, gasas y vendas, suero fisiológico, tijera inoxidable, pinza depilar, azúcar, esparadrapo, manta térmica, betadine o similar.	
Plan de Actuación en caso de Accidente	Mirar Protocolo general. •El personal de la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciasen que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido.	
Explicación a clientes		
Seguimos las instrucciones del manual de recepción de clientes. Cuando estemos en la zona de la actividad, situaremos al grupo en semicírculo, para que comience una explicación: - Breve explicación de la zona con particularidades del entorno (cuenca, tipos de roca, vegetación, fauna etc.), así como los datos técnicos del río. - Se indicará la forma de progresar por el rio (paleo) asi como de los movimientos mas habituales para dirigir la canoa o kayak. - Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos, no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso, respetar a otros usuarios etc.).		
Transporte del Material		

• Circularémos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico. • Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente. • Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos. • Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebra...en definitiva en los lugares en los que sea necesario. • Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc. • Está completamente prohibido fumar dentro del vehículo.
• Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse los cinturones de seguridad y circular en todo momento con ellos abrochados.
Recogida de Materiales
• Al llegar al vehículo, indicaremos como y dónde se pueden quitar el material. • Lo primero será dejar el chaleco salvavidas en las cajas destinadas para ello. • Los chalecos se aflojarán procurando que no rocen contra el suelo, colocándolos en su sitio. • Se ofrecerá una bolsa de plástico para que el cliente pueda meter la ropa y el calzado mojado.
Capacidad máxima para el servicio y materiales disponibles en la empresa
Material técnico para 300 pax.
Cuidado de bienes de los clientes
Los objetos de valor se podrán dejar en la oficina. En los vehículos solamente se dejará lo imprescindible, siempre oculta para evitar posibles robos.
Satisfacción de clientes y control del servicio
Se ofrecerá a todos los clientes que rellenen la ficha de satisfacción y la de registro de material.
Política de cancelación del servicio
Para confirmar una reserva, el cliente deberá abonar al menos el 25% del importe total. La cantidad restante se abonará en la base, antes del comienzo de la actividad. En los programas y/o actividades que por sus características especiales conlleven la necesidad de modificar estos porcentajes se hará constar expresamente en sus condiciones particulares. -El cliente podrá desistir de los servicios solicitados o contratados, teniendo derecho a la devolución de las cantidades abonadas, pero deberá indemnizar a Canoa Aventura en las cuantías que a continuación se indican: • Abonará los gastos de gestión, los de anulación si los hubiere, y una penalización consistente en el 5% del importe total de la reserva, si el desistimiento se produce con más de 10 y menos de 15 días de antelación a la fecha de comienzo del programa; el 15% entre los días tres y diez, y el 25% antes de las cuarenta y ocho horas anteriores a la salida. < 48 hora no hay devolución. • La no presentación en la fecha y hora indicada por Canoa Aventura, implicará la obligación por parte del cliente del pago del importe total de la reserva. -En caso de que Canoa Aventura cancele la actividad por motivos climáticos o propios, devolverá el importe íntegro, siendo esta anulación al menos el día anterior a la actividad. • El personal técnico y la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciasen que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido. El cliente, no tendrá en este caso derecho a devolución del importe pagado. Desde la confirmación de la reserva, el cliente asumirá de modo expreso la totalidad de las presentes Condiciones Generales. En el caso de que una persona inscriba a otra/s, asume en su/s nombre/s todas y cada una de estas Condiciones Generales.
Servicios incluidos
Vestuarios, transporte, material técnico y de seguridad, seguros responsabilidad civil y accidentes, IVA.
Servicios no incluidos
Calzado propio, traje de baño, toalla y todo lo no especificado.

Servicios opcionales
Alojamiento en la zona, posibilidad de picnic, consultar.
Criterios ambientales
Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos, no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso del Cliente-Guía, respetar a otros usuarios etc.).
Seguridad en el servicio
Hacer caso en todo momento a las instrucciones que marque el personal de la empresa. Calzado adecuado, saber nadar etc.
Reclamaciones, quejas y encuestas de satisfacción
Se dispone de hojas de reclamación oficiales y formularios para quejas o sugerencias.

INSTRUCCIONES REMO

Paso 1: El Agarre Perfecto (Técnica de la Visera y 90°)

Esta primera imagen es fundamental. Necesitamos establecer cómo se sujeta el remo antes de hacer nada más.

La Visualización: Una caricatura de la parte superior del cuerpo de una persona. La persona sostiene el remo sobre su cabeza para medir la distancia.

Explicación de la Caricatura 1 (El Agarre):

Esta imagen muestra a un personaje simpático midiendo el agarre. Fíjate en dos cosas cruciales:

1. Sus codos forman un ángulo de (como dice la etiqueta "90°" y "ANCHO IDEAL"). Esto te da control y fuerza sin cansarte.

2. La viñeta ampliada muestra que parte cóncava (la "cuchara") mira hacia ti. Esta es la clave para que la palada empuje agua de verdad.



Paso 2: La Rotación del Tronco (El "Motor de la Danza")

Ahora que sabemos sujetar el remo, vamos a aprender el movimiento del cuerpo. La mayoría de la gente rema solo con los brazos; la clave es usar la espalda y el abdomen.

La Visualización: Una caricatura de cuerpo entero. Mostramos la diferencia entre la posición inicial y el giro del cuerpo.





Explicación de la Caricatura 2 (La Rotación):

Aquí ves a nuestro personaje sentado en el kayak. La clave está en las flechas azules espirales que rodean su cintura: "GIRA TU TRONCO". El remo está metido en el agua muy adelante ("INICIO DE LA PALADA"), pero fíjate que sus brazos no están haciendo toda la fuerza; es su cuerpo el que ha girado para llevar el remo hasta allí. Al desenroscar el tronco, consigues la fuerza.

Paso 3: El Ciclo Completo (Entrada y Salida)



Esta imagen une todo el movimiento en un ciclo fluido. Queremos visualizar dónde entra la pala y, muy importante, dónde sale.

La Visualización: Una vista lateral dividida en dos viñetas que muestran la "Entrada" y la "Salida" de la palada.

Paso 4: Navegando el Río (La Regla de la 'V')

Por último, una vez que sabes mover la barca, necesitas saber leer el río para bajar el Cares/Deva con seguridad.

La Visualización: Una caricatura panorámica de arriba hacia abajo (vista de pájaro) que muestra el río, obstáculos y el "canal seguro".



Explicación de la Caricatura 4 (Navegando el Río):

Esta es la vista de pájaro.

- La "V" Mágica: Busca siempre la lengua de agua en forma de "V" (resaltada en verde y etiquetada "LA 'V' DE AGUA SEGURA"). Esta "V" apunta hacia abajo del río y te indica dónde está el canal más profundo y libre de rocas.
- Roles: Si vais dos, el de atrás es el "CAPITÁN DIRIGE" (usa remadas circulares para girar) y el de delante es el "MOTOR RITMO" (mantiene la velocidad constante).

Sección de Seguridad: "La Posición de la Tortuga Flotante"

Regla de Oro Absoluta: Si te caes, NUNCA intentes ponerte de pie en medio de la corriente. Si lo haces y tu pie se atasca entre dos piedras, la fuerza del río te empujará hacia abajo y te costará mucho salir.



Explicación de la Caricatura de Seguridad (La Tortuga Flotante):

Esta imagen está diseñada para memorizar los tres puntos clave de la supervivencia en un río.

1. Viñeta Superior: La Postura Perfecta

Muestra a nuestro personaje (el mismo que has visto remando en las imágenes anteriores) boca arriba en el agua, relajado.

- La Etiqueta Verde Grande: "PIES SIEMPRE POR DELANTE". Esta es la clave. Tus pies son tu amortiguador natural.
- La Etiqueta de "POSICIÓN DE RELAX": El chaleco salvavidas te mantiene flotando sin esfuerzo. Relájate, levanta la cabeza y mira por dónde vas. Tus pies están altos para pasar por encima de las piedras, no bajo ellas.

2. Viñeta Inferior: El "Porqué"

Esta imagen demuestra por qué esta posición te salva.

- La Zona de Peligro: Muestra una gran roca con un hueco traicionero por debajo (etiquetado como "ZONA DE PELIGRO: EMPOTRAMIENTO"). Si intentaras ponerte de pie allí, tu pie se atascaría en ese hueco y la corriente te hundiría.
- La Solución de Impacto: Vemos al personaje fluyendo en la posición correcta. Al llevar los pies altos y por delante, sus pies tocan la roca en la superficie, no por debajo. La flecha verde con el "CHECK" labeled "ABSORCIÓN DE IMPACTO CON LOS PIES" te enseña que usas tus piernas para empujarte y rebotar lejos de la roca, protegiendo tu cuerpo.

Resumen de Seguridad:

1. Vuelcas.
2. No entres en pánico. Tienes un chaleco.
3. Tumbate boca arriba inmediatamente.
4. Pon los pies por delante, altos, apuntando río abajo.
5. Flota hasta que la corriente te lleve a una zona de agua tranquila. Solo entonces busca la orilla y levántate.



1.Viñeta Superior: El Vuelco y la Falla de Estanqueidad

Muestra un primer plano de un bidón estándar de plástico (como los que se ven en Imagen 7). Pero hay un gran problema:

ven

- Volcado: El bidón está boca abajo y parcialmente sumergido en el agua.
- "BIDÓN NO ESTANCO AL 100%": Una etiqueta grande con luces de advertencia parpadeantes en rojo deja claro que no es infalible.



- **Objetos Saliendo:** Vemos un smartphone, llaves de coche y una billetera cayendo fuera del bidón. Esto demuestra que, en un vuelco, la tapa puede no cerrarse perfectamente si tiene arena, o la presión del agua puede filtrarse. Las flechas rojas y los símbolos 'X' etiquetados como "OBJETOS PERDIDOS" ilustran el desastre



2.

Viñeta Inferior: La Responsabilidad Legal

- **Personajes Desilusionados:** Vemos a los tres personajes (los de Imagen 8) de pie en la orilla, empapados y con caras de preocupación y desilusión. El central sostiene un pequeño, no estanco y vacío envoltorio de plástico.
- **Aviso Importante:** Un gran banner de texto en rojo, con un contorno de precaución, dice claramente: **AVISO IMPORTANTE: LA EMPRESA NO SE HACE RESPONSABLE.**
- **El Detalle:** Justo debajo, una línea de texto más pequeña pero esencial aclara: "De los objetos perdidos ni del interior del bidón."

Resumen de Advertencia para el Bidón

1. **El Bidón No es Infalible:** El bidón plástico que te entregan es resistente al agua (salpicaduras), pero NO es totalmente estanco al 100%. En caso de un vuelco prolongado, o si la rosca tiene arena, el agua puede filtrarse (Imagen 10, arriba).

2. **Responsabilidad Legal:** Al firmar el contrato de actividad, aceptas que la empresa se libera de toda responsabilidad si tus objetos se pierden o se estropean dentro del bidón (Imagen 10, abajo). No intentes reclamar después; no funcionará.

3. **No Arriesgues tus Pertenencias:** No lles nada al río que no estés dispuesto a perder o a estropear. Móviles, llaves de coche electrónicas, cámaras de alta gama y joyas son los objetos que más se pierden.

Si absolutamente tienes que llevar el móvil, mételo en una bolsa hermética pequeña antes de meterlo en el bidón. Esto crea una doble barrera, **pero, repetimos, si se estropea, la empresa no se hace responsable.**

⚠ ¡Aviso Importante al Finalizar tu Actividad!

Para mantener el equipo en perfectas condiciones y cuidar nuestro entorno, te pedimos que sigas estos sencillos pasos al momento de devolver tu bidón:

- Vacía el bidón por completo: Al terminar tu recorrido, el bidón debe devolverse completamente vacío.
- Recupera tus pertenencias: Revisa bien el fondo para asegurarte de que te llevas todas tus cosas contigo.
- Tira tu basura en los contenedores: Por favor, no dejes latas, plásticos, ni restos de comida dentro del bidón. Separa tu basura y deposítala en los contenedores de reciclaje correspondientes que encontrarás al finalizar la ruta.



¡Gracias por tu colaboración y por ayudarnos a mantener el entorno limpio!

CONDICIONES CONTRACTUALES:

El cliente declara y asume que las actividades contratadas se sujetan a las siguientes normas y acuerdos:

El cliente contrata la actividad habiendo leído y aceptado todas las normas que en este documento se detallan.

El cliente ha visionado la información e instrucciones que se ofrecen para un mejor conocimiento y desarrollo de la actividad.

El cliente que contrate para otros esta actividad será el responsable de informar, a las personas para las cuales ha realizado la reserva, sobre todos los apartados de este documento, así como la información de este documento. El cliente que contrate para otros esta actividad será el responsable de valorar la capacidad de los participantes para los cuales reserva de realizar la actividad de forma adecuada y segura. Las normas son las aquí expuestas y no otras. Todos los

clientes se registran por ellas. En caso de que el cliente pueda considerar algún tipo de desinformación, pedirá responsabilidades a la persona contratante. El cliente declara que la información recibida es clara, fácil de asimilar y complementa los conocimientos que ya pudiese tener sobre el río en concreto, el entorno y el desarrollo de la actividad.

El cliente encontrara este documento que incluye las normas en: la página web www.canoaaventura.com Y expuesto en la oficina de Siejo.

El cliente declara estar en condiciones físicas normales y que sus antecedentes médicos no merman sus facultades para realizar la actividad con la suficiente destreza. El cliente declara no estar bajo los efectos de alcohol, drogas ni medicamentos que limiten o alteren sus facultades.

En cualquier caso, el cliente será el que mida si la actividad representa un riesgo según sus propias facultades o las de las personas a su cargo. En casos especiales como una discapacidad, embarazo o menores, serán sus tutores legales los que valoren aún más concienzudamente si la actividad representa un riesgo para ellos mismos y/o para el feto, para los menores y/o para los discapacitados, descartando realizar la actividad si existen dudas.

El cliente conoce, valora y asume los riesgos que la actividad conlleva ante un posible accidente; siendo él mismo el que se ve capacitado para superar todas las posibles dificultades derivadas de la práctica de la actividad.

Los menores de edad deberán ir acompañados de un adulto que se responsabiliza de que el menor cuenta con las autorizaciones de sus tutores para la realización expresa de la actividad. Este adulto también será el responsable del comportamiento del menor y de que siga las instrucciones relativas al desarrollo correcto de la actividad. Este adulto/s se identifica/n ante la empresa como responsable de uno o varios menores. Este adulto será el responsable de valorar la idoneidad de que los menores realicen la actividad, teniendo en cuenta las

capacidades personales de los menores y de la suyas propias. Todos los mayores de edad que realicen la actividad bajo una misma reserva se consideran responsables de todos los menores incluidos en dicha reserva.

Para el traslado de los menores el cliente deberá aportar a la empresa los adaptadores, sillas o alzadores que el menor deba usar en los vehículos de la empresa.

La edad máxima de los participantes será 65 años. Los clientes que superen esta edad declaran aportar a la actividad su propio seguro de Responsabilidad Civil y de Accidentes. Los clientes que superen esta edad deberán asumir que la empresa tiene una limitación de edad (65 años) en sus seguros, quedando excluidos los que la superen. El cliente, por tanto, no podrá reclamar a la empresa ninguna indemnización ni responsabilidad en este sentido.

En caso de que el cliente decida realizar la actividad con su mascota será bajo su responsabilidad. La empresa ni recomienda ni prohíbe esta práctica, aunque advierte que puede originar importantes trastornos y aumenta el riesgo de la actividad. Será el cliente el que deba ocuparse por cubrir todas las necesidades que el animal pudiese tener.

El material que la empresa aporta para la realización de la actividad (Canoa, remo, chaleco salvavidas, Bidón Estanco y Neopreno opcional < 20º C) es de uso personal y el cliente debe elegir el que se adecue perfectamente a su talla. El cliente deberá evaluar que lo recoge en perfectas condiciones y comunicar cualquier desperfecto al devolverlo. Las canoas son de una, dos y tres plazas; siendo las de una plaza las más inestables. Los remos son de dos palas. El chaleco salvavidas es una ayuda a la flotación con 50KN de flotabilidad. El Bidón no es estanco y tiene 26 litros de capacidad, el cliente debe proteger adecuadamente todos sus enseres teniendo en cuenta la no estanqueidad del bidón. El Neopreno que la empresa puede ofrecer es una prenda de abrigo que solo se da en caso de temperaturas por debajo de los 20º centígrados. Debajo del Neopreno es obligatorio el uso de traje de baño y prendas térmicas.

El cliente será el responsable del buen uso del material prestado por la empresa, así como su guardia y custodia. En caso de deterioro, pérdida o hurto del material deberá comunicarlo a la empresa. El cliente deberá abonar a la empresa un 50% del valor original del material perdido, roto o no devuelto en perfectas condiciones. Estas valoraciones al 50% son: remo 12€, chaleco salvavidas 26€, Bidón estanco 24€, canoa 300€, neopreno 55€. Todo ello mas IVA.

El cliente debe traer el agua suficiente para realizar la actividad teniendo en cuenta el esfuerzo y la duración de la misma. Del mismo modo deberá traer algún snack rico en azúcares para prevenir una posible bajada de tensión o de azúcar. El calzado que trae el cliente será siempre cerrado. El cliente tendrá en cuenta la previsión del clima para adecuar su vestimenta a las posibles evoluciones. Los alimentos que el personal de la empresa pudiera ofrecer a los clientes serán valorados por dichos clientes en lo relativo a la idoneidad de su ingesta y compatibilidades alimenticias.

El cliente deberá leer todo el documento y seguirá fielmente las instrucciones que en él se indican. El cliente reconoce su capacidad para realizar la actividad según se indica en el vídeo especialmente en los pasos con elementos que compliquen la navegación como son: arboles, piedras, rebufos, contras, rápidos, viento, nivel del río, clima, etc... El cliente sabe que estos y otros elementos son cambiantes e impredecibles debiéndose mantener alerta en todo momento.

El cliente debe avisar al resto de participantes de cualquier punto de especial cuidado que pudiese observar a lo largo de su descenso. En caso de vuelco el cliente adulto se convierte en rescatador de sí mismo y del resto de participantes.

Las condiciones climáticas en las que se desarrolle la actividad serán las asumidas por el cliente. El cliente cancelará la actividad si AEMET pronostica una alerta meteorológica en la zona y la publica en su página web AEMET.com. La empresa se reserva la posibilidad de cancelar unilateralmente la actividad por condiciones climáticas adversas.

El cliente realizará el descenso de forma tranquila, ordenada y evitando el caos. El recorrido discurre por zonas de gran interés ecológico y con modelos de protección especiales. El cliente respetará en todo momento a la flora y fauna de este entorno. El cliente elegirá para su esparcimiento parar en las zonas que no aprecie que su presencia puede alterar o molestar a la flora y fauna. El cliente evitará chocar, bloquear, volcar o alterar la libre circulación de otras canoas salvo en prevención de un riesgo mayor. El cliente tiene prohibido saltar al agua directamente desde la canoa, lo que incluye provocar el vuelco. El cliente si elige bañarse será con la canoa, remos y bidón a resguardo asegurados en la orilla fuera del agua. La zona de desembarco no es una zona de baño. El cliente deberá prestar la máxima atención y destreza a la hora del desembarco puesto que la rampa esta mojada y se presupone resbaladiza.

Las fotos que el personal de la empresa realice durante la actividad se enviarán a los clientes por WhatsApp; teniendo en cuenta que enviará las fotos de todo el grupo o grupos, solo a los clientes que originalmente realizaron las reservas. El cliente cede las fotos y vídeos realizados para el uso publicitario que la empresa estime oportuno. El cliente reconoce que la cesión del uso publicitario de las fotos y videos incluyen expresamente a los menores, siendo los clientes responsables de los menores los que asumen tener las autorizaciones oportunas.

Si el cliente solicita ayuda del personal de la empresa será por cuestiones de comodidad. Deberá entenderse que el cliente tiene el criterio idóneo para ser autosuficiente en el desarrollo integro de la actividad.

IMPORTANTE: Si el cliente lo solicita la empresa podrá aportar personal que acompañará a los clientes durante el descenso exclusivamente para ser el encargado de hacer fotos a los clientes durante la actividad y llevar el botiquín, agua y azúcares extra. Nunca el cliente entenderá que la empresa pone su personal para dar instrucciones relativas a la actividad, ser socorrista, intervenir de algún modo en el desarrollo de la actividad. El cliente entiende que este servicio, aunque limitado tiene un precio que se detalla en el ticket.

Las instalaciones que la empresa subcontrata en Siejo, Asturias, cuentan con:

- Una oficina, donde se recibe a los clientes y se da información sobre las actividades y se tramitan las contrataciones.

- Unos aseos mixtos a los que se accede directamente desde la calle.

- Unos vestuarios mixtos con duchas de agua caliente a los que se accede directamente desde la calle.

- El Parking es privado de la empresa para el uso de los clientes mientras estén en las actividades. La empresa no se hace responsable de los posibles daños o perdidas que los clientes o terceras personas puedan ocasionar a los bienes del cliente.

El cliente podrá usar las instalaciones que la empresa tiene en Siejo, Peñamellera Baja, para equiparse y desequiparse. La empresa trasladará a los clientes en los vehículos de la empresa



a las instalaciones al terminar la actividad. El cliente podrá dejar las llaves de su vehículo en custodia del personal de oficina. La empresa no se hace responsable de los objetos perdidos, rotos o deteriorados durante la actividad. La empresa no se hace responsable de los daños que terceros puedan ocasionar al vehículo o a enseres que el cliente deje en el recinto de la empresa. La empresa no se hace responsable de los objetos que el cliente lleve consigo durante la realización de la actividad, aunque estos se introduzcan en el bidón no estanco.

En Buelles y Vilde la empresa dispone de puntos de desembarco. Estos son los únicos puntos en donde el cliente puede desembarcar. La empresa podrá cobrar un recargo equivalente al valor del descenso integro sin descuento si: el cliente le reclama recogerlo, a él o al equipo alquilado para la actividad, en cualquier otro punto diferente al acordado.

El cliente, una vez realizada la reserva, se haya pagado o no, podrá cambiar: su fecha, su número de participantes o incluso cancelarla con derecho a la devolución íntegra del importe pagado, siempre que lo notifique y según este criterio:

Abonará los gastos de gestión, los de anulación si los hubiere, y una penalización consistente en el 5% del importe total de la reserva, si el desistimiento se produce con más de 10 y menos de 15 días de antelación a la fecha de comienzo del programa; el 15% entre los días tres y diez, y el 25% antes de las cuarenta y ocho horas anteriores a la salida. < 48 hora no hay devolución.

La empresa se reserva el derecho de asignar la hora de la actividad dentro del día reservado por el cliente.

Por normativa el horario de navegación está estipulado de 11:00 a 18:00 de hasta el 16 de agosto que se extingue la limitación.

MEDIO RÍO:

El trayecto de medio río puede empezar según el criterio de la empresa en Siejo o en Buelles. Así mismo el trayecto de medio río terminará en Buelles o en Vilde según sea el punto de partida.

Trayecto 1 Siejo - Buelles.

Trayecto 2 Buelles – Vilde.

El cliente que deba desembarcar en Buelles lo hará en la zona habilitada por Canoa Aventura. Una vez acomodadas las canoas fuera del alcance del agua, el cliente deberá:

- Llamar a la empresa para concretar su recogida.
- Recoger todas sus pertenencias, así como el remo, chaleco, bidón estanco y cualquier otro enser que la empresa le hubiese proporcionado.
- En caso de que se le requiera, seguir el camino hasta llegar a la carretera N-621, donde serán recogidos por el personal de la empresa.

RIO DEVA :

Inicio: 43.32707375827226, -4.585360698399412 Siejo, Peñamellera Baja, Asturias. CP. 33579.

Medio río: 43.336843,-4.539827, Buelles, Peñamellera Baja, Asturias.CP. 33579.

Final: 43.366791918032135, -4.5261965800180475 Vilde, Ribadedeva, Asturias. CP. 33590.

Nivel: 2

Duración: 3´30" horas





Situación Geográfica



Mapa Cares tramo alto canoa-raft. Entrada Coto Miñanzas. Salida Puente la Vidre.



Mapa Cares tramo medio canoa-raft. Entrada Caldabones. Salida en el parque de Mier.



Mapa Cares Tramo Canoa-Raft. Entrada La xana. Salida en Siejo. Canoa Aventura .



Mapa Deva Tramo Canoa. Entrada Siejo, Canoa Aventura. Salida Presa



Vilde.

DESCENSO DE BARRANCOS (ACUÁTICOS)

Se trata de descender un río de montaña utilizando técnicas combinadas de espeleología y montañismo.

Durante el recorrido nos encontraremos con toboganes de roca natural, saltos a pozas, zonas de nado etc.

La duración mínima es de 4 horas, incluyendo desplazamientos desde nuestra base y el propio desarrollo de la actividad.

Se utilizará material de protección contra las rozaduras y el frío (traje y chaqueta de neopreno con refuerzos, casco, arnés y material técnico etc.) que aportará la empresa.

El cliente tiene la obligación de informar de enfermedades o patologías que puedan mermar su actitud física y mental, así como cualquier medicación o sustancia que perjudique lo anteriormente descrito.

Las mujeres en estado de gestación no podrán realizar la actividad.

Por otra parte, los requisitos mínimos son:

- Saber nadar.
- Tener movilidad normal.
- No tener fobia a la altura.
- Edad mínima en función de la capacidad del adulto.
- Tener conocimientos del medio.

El descenso de barrancos es una actividad no guiada, por lo que su dirección y coordinación es responsabilidad del Cliente-Guía, estando estos provistos de la titulación adecuada. Canoa Aventura propone varias salidas en función de las necesidades del cliente, siendo programado con anterioridad.

Asimismo, al ser una actividad desarrollada en el medio natural, su realización depende de las condiciones climáticas, por lo que su práctica conlleva el seguimiento de los partes meteorológicos durante su desarrollo y con anterioridad.

La empresa se reserva el derecho de suspender o derivar a otro barranco de similares características si por motivos de seguridad fuese necesario.

La revisión y el mantenimiento del material y accesorios será tarea del personal de la empresa, utilizando para ello las fichas específicas para su registro.

Para la limpieza de material utilizado, se seguirá el protocolo correspondiente, incluyendo los productos específicos para una correcta higiene (antibacterianos, jabones etc.).

En cuanto al material a aportar por el cliente, será el siguiente:

- Botas o zapatillas que aseguren los pies.
- Bañador.

- Toalla.
- Ropa de repuesto.

2-ANALISIS DE RIESGOS.

- **Climatología y tormentas:** debido a climatologías adversas, al aumento del caudal es un factor importante de riesgo, por lo que habrá una medida máxima en función de las referencias de cada barranco (chivatos de cascadas ocasionales, marcas avisadoras, cualquier dato que el técnico responsable considere. Considerar también que tanto la lluvia como el viento, pueden ser determinantes en un posible derrumbe o movimiento de tierra.
- **Caídas por desplome o derrumbamiento:** se vigilarán las zonas de mayor exposición, como árboles, piedra suelta, pasillos verticales...
- **Caídas de personas al mismo nivel:** resbalones, torceduras..., al ser zonas húmedas puede haber vegetación o materiales que puedan provocar estos accidentes.
- **Caídas de personas a diferente nivel:** al emplear medios y técnicas inadecuadas para acceder a las zonas de distinta altura.
- **Accidentes causados por seres vivos:** picaduras de insectos, víboras, garrapatas etc.
- **Quemaduras, hipotermia y golpe de calor:** la climatología influye en la temperatura del agua, así como la afluencia excesiva de personas en el mismo barranco.
- **Manipulación manual de cargas y sobreesfuerzos:** carga y descarga del material para el descenso. Lesiones musculares y roturas, al adoptar posturas forzadas o por la incorrecta utilización de los medios técnicos.
- **Accidentes “in itinere”:** al no respetar las normas de circulación o por posibles accidentes provocados por otros usuarios.

3- MEDIDAS DE PREVENCIÓN.

Se establece un decálogo de actuación en el que se define por escrito las particularidades de la actividad, los requisitos mínimos y unas medidas de seguridad básicas.

El deber de información tanto de la empresa al cliente como del cliente a la empresa, se hará por escrito siempre que sea posible, teniendo claro ambos, la información necesaria para establecer un mínimo de seguridad.

Los requisitos de los clientes se definirán en la ficha propia del barranco a desarrollar que contiene información específica (riesgo, duración, edad mínima, máximo y mínimo de participante etc.).

El personal de la empresa serán los encargados tanto de la revisión, como del mantenimiento del material, siendo este certificado y homologado por la CEE.

3.1 CLIMATOLOGÍA Y TORMENTAS.

- Se tendrá en cuenta las previsiones meteorológicas, revisando los partes diariamente. En caso de tormenta local, se observará el cielo, los vientos y la presión
 - atmosférica, siendo una referencia disuasoria para evaluar el riesgo.
- Si notamos un cosquilleo en la piel o si los objetos metálicos emiten un extraño zumbido, es debido a que se están desplazando las cargas eléctricas que producen las tormentas, se valorará el riesgo y se actuará en consecuencia.

- Ante posibles tormentas eléctricas o de granizo, se utilizarán los escapes del río, para así proceder a la evacuación de los participantes. En caso de una tormenta eléctrica repentina, la evacuación sería inmediata por la primera salida. Una vez fuera del barranco, nos desprenderemos de los elementos metálicos, nos reagruparemos en una zona abierta y segura, y adoptaremos la posición fetal en cuclillas.
- Ante posibles crecidas repentinas, se vigilará el caudal. En el caso de una continuidad en la subida, se procederá a la evacuación.
- Después de cada alteración en el cauce, se revisarán las zonas afectadas (pozas, pasos estrechos, equipamientos etc.).
- Se tendrá en cuenta la cuenca de recepción, haciendo referencia al drenaje o los posibles movimientos de tierra que pueda provocar (caliza, cuarcita etc.), así como los elementos vegetales derivados de la naturaleza de la zona.

3.2 CAÍDAS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO.

- En función de la cuenca de recepción (caliza, granito, cuarcita...) y la climatología se vigilarán posibles movimientos en el cauce (piedras, troncos etc.).
- Para una correcta protección, el equipamiento debe estar bien ajustado, siendo el Cliente-guía el encargado de definir el recorrido a seguir. De tal forma que los participantes no puedan abandonarlo ni salirse sin causa justificada.
- El casco es obligatorio durante toda la actividad.

3.3 CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL.

- Ante posibles caídas o resbalones, se bajará el centro de gravedad, flexionando las rodillas, apoyándonos con las manos para así poder progresar con mayor seguridad.
- Se vigilará el calzado de los clientes, observando suelas y sujeciones.
- Nos anticiparemos y señalaremos las zonas que se prevén más susceptibles de resbalones (zonas con musgos, barro etc.).
- Habrá un orden dentro del posicionamiento del grupo, siendo éste valorado por el Guía en función de la capacidad técnica y física de los participantes.
- Durante los descansos, antes, durante y después de algún paso con dificultad, la reagrupación se hará en zonas establecidas previamente por los técnicos, valorando la superficie, y en definitiva la seguridad.

3.4 CAÍDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL.

- Lo descrito en el párrafo anterior será valorado para éste.
- La cuerda, las instalaciones y el material técnico se revisará en cada momento de uso, al igual que la colocación de éste por los participantes.
- Durante el rappel, la posición que se debe adoptar se indicará previamente por el Cliente-Guía siendo el descenso observado en todo momento por alguno de éstos, en caso de no tener contacto visual, se valorará el auditivo.
- Los saltos a pozas se realizarán cuando el Cliente-Guía crea conveniente y a la altura que él estime oportuna.
- Las pozas en las que no se ve el fondo, se bucearan previamente al salto, siendo esto valorado por el Cliente-Guía, sobre todo cuando haya cambios de niveles o alteraciones en la zona (producidas por el viento etc.).

- La posición adecuada para el salto será la habitual para estos casos, de pie, con los brazos pegados al cuerpo, procurando entrar en el agua vertical.
- Esta posición se adoptará también en el caso de los toboganes.

3.5 ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS.

- Evitar en la medida de lo posible, las zonas conocidas por la presencia de avispas, garrapatas, víboras etc.
- Aplicar repelentes y examinarse después de la actividad, duchándose y frotándose con agua y jabón, revisando las partes íntimas.
- En el deber de información de los participantes, nos indicarán posibles alergias para los casos anteriormente descritos.
- Aunque durante el recorrido en los barrancos se evitará pisar y tocar zonas aledañas de vegetación, procurando caminar por el sendero establecido. Todo esto se recordará en la charla previa al desarrollo de la actividad.

3.6 QUEMADURAS, HIPOTERMIA Y GOLPES DE CALOR.

- Un buen mantenimiento y una buena adaptación al traje hacen que la conservación térmica y la protección contra rozaduras sea más adecuada.
- Protegerse al máximo del viento y la pérdida de temperatura.
- Los tiempos de espera en el barranco han de reducirse en la medida de lo posible, siendo un factor que influye directamente en la pérdida de calor por parte de los participantes.
- El golpe de calor es la consecuencia más grave derivada de una excesiva actividad física o exposición al sol, su previsión estará enfocada a evitar un aumento de la temperatura corporal.
- Los acercamientos se realizarán portando el traje de neopreno (chaqueta) en la mano, evitando llevarlo puesto en los lugares referenciados como calurosos o físicamente exigentes.
- En la explicación técnica del rappel se hará hincapié en el hecho de no agarrar la cuerda por encima del descensor a modo de freno ya que este hecho puede producir quemaduras por fricción.

3.7 MANIPULACION MANUAL DE CARGAS Y SOBRESFUERZOS.

- Lesiones musculares y roturas: se utilizarán zapatillas o botas que se ajusten bien al pie.
- Antes de realizar movimientos bruscos o de mucho esfuerzo físico realizaremos los oportunos ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- Se adoptarán medidas técnicas u organizativas para evitar la manipulación manual de cargas.
- El peso máximo de los materiales a manipular manualmente de forma continua y en condiciones ideales, será de 25 Kg. Estas condiciones nos tienen que permitir, ya sea con espacio suficiente, fácil sujeción de la carga y un levantamiento seguro y sin esfuerzos. En caso contrario se manipularán entre más de una persona. Los diferentes pasos que hemos de seguir siempre para levantar una carga, son los siguientes:
 - 1 Fijar firmemente los pies.

- 2 Situar un pie más adelantado que otro.
- 3 Aproximarse la carga lo máximo posible.
- 4 Doblar siempre las piernas.
- 5 Nunca arquear el tronco.
- 6 Asegurar bien el agarre.
- 7 Repartir el esfuerzo entre las piernas y los brazos.
- 8 No girar el tronco ni mover los pies.

- Se utilizarán equipos de protección individual cuando sean necesarios.

3.8 ACCIDENTES “IN ITINERE”.

- Circularémos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico.
- Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente.
- Realizar reciclajes periódicos de formación a través de monografías sobre seguridad vial escritas.
- Periódicamente se revisarán entre otras cosas el correcto estado de los elementos de seguridad de los vehículos (frenos, cubiertas, niveles etc.).
- Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos.
- Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebra...en definitiva en los lugares en los que sea necesario.
- Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc.
- Está completamente prohibido fumar dentro del vehículo.
- Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse los cinturones de seguridad y circular en todo momento con ellos abrochados.

4- DECALOGO DE ACTUACIÓN.

El Cliente-guía tiene la obligación de preparar y conducir la actividad, proporcionando a los clientes el material necesario, en buenas condiciones de uso y limpieza. Sus labores están divididas en tres fases.

- 4.1 Preparación de la actividad
- 4.2 Desarrollo de la misma
- 4.3 Después de la actividad: limpieza, revisión y ordenación.
- 4.4 Entregar a la empresa para su guardado.

4.1 PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD.

Lo primero es establecer una valoración de las condiciones climáticas que se prevén (vientos, cielo, presión etc.).

Después se planteará la hoja de ruta con el coordinador de la actividad, con información precisa del número de personas y en general aspectos relativos a la seguridad.

La preparación se realiza tomando como referencia la ficha descriptiva del barranco a realizar.

Se mantendrá siempre el mismo orden para prepararlo:

- 3.9** Material para los clientes: trajes de neopreno, escaupines, arneses y cascos.
- 3.10** Material para los Clientes-Guías: trajes de neopreno, escaupines, arneses, cascos de color diferente, botas, saca con material técnico.

4.2 DESARROLLO DE LA MISMA

Esta fase comienza con la llegada de los clientes a la oficina y finaliza con el regreso a la misma.

- Se realizará una acogida cordial y amistosa. Nos comunicaremos con una sonrisa. Buenos días/tardes.
- Se les solicitará el bono.
- Se explicará el desarrollo de la actividad: punto de destino, dificultad, horarios etc.
- En todo momento se mantendrá ese espacio imaginario de respeto y complicidad con el cliente, sin llegar a invadir su intimidad.
- Se llamará al cliente por su nombre (siempre que sea posible).
- Llegada al punto de destino: una vez aparcados en la zona establecida procederemos a repartir de forma ordenada los trajes y escaupines de los clientes, informándoles de la correcta colocación de los mismos.
- Asimismo, les aconsejaremos realizar sus necesidades fisiológicas antes de poner los trajes. Las prendas de recambio evitaremos dejarlas a la vista en previsión de posibles robos al encontrarnos en un lugar apartado.
- Se recomendará llevar el pelo recogido, así como no llevar durante el recorrido pulseras, reloj, collares, anillo etc. Una vez ajustado y revisado el material de los clientes procederemos a efectuar la aproximación al barranco.
- Recorrido en el río: una vez lleguemos al punto de inicio del descenso comenzaremos la charla, referida al lugar en el que nos encontramos. Particularidades del entorno, dificultades que nos vamos a encontrar en él, así como técnicas de progresión, manera de abordar un rappel, un salto, un tobogán y los pequeños resaltes destrepables.
- Nos situaremos en semicírculo y procederemos a la charla.
- Dentro del barranco, en los puntos de dificultad, habrá una zona de seguridad establecida por el Cliente-Guía, donde los participantes esperarán su turno de descenso.
- El Cliente-Guía comprobará antes de cada desnivel el correcto ajuste del equipamiento de los clientes, así como el del propio barranco.
- Dejaremos bien clara la posición adecuada para el Rappel:
 1. Peso en el arnés.
 2. Piernas semiflexionadas.
 3. Pies separados.
 4. Posición perpendicular a la pared.
 5. Frenado con la mano derecha a la altura de la cintura sin presionar.
- Técnica para saltos:
 1. Saltar de pie, con un pie más adelantado que el otro, para evitar resbalones.
 2. Los brazos se colocarán en cruz a la altura del pecho o se pegarán al cuerpo paralelos a las piernas.
- Técnica para toboganes:
 1. Nos deslizaremos siempre con los pies por delante.
 2. Los brazos cruzados en torno al pecho y las piernas ligeramente flexionadas.
 3. No perderemos la orientación durante el tobogán, fijando la vista en la zona de recepción.
- Progresión en el río.
 2. Utilizaremos el mismo orden de descenso, procurando que los más hábiles vayan abriendo y cerrando el grupo, siendo la parte intermedia la destinada para los menos experimentados.
 3. En el caso de que la actividad fuese dirigida por un único Cliente-Guía, intentaremos asignar algún elemento identificativo a la persona que va cerrando el grupo.

4. Incidir en la responsabilidad del Cliente-Guía, en cuanto a la seguridad. Maniobras de exhibición o actuaciones de riesgo innecesarias tanto por su parte como por la de los clientes, pueden ser motivo de responsabilidad penal.
5. Durante el recorrido, además de la técnica, vigilaremos el comportamiento y las aptitudes, transmitiendo motivación e interpretando el paisaje que nos rodea.
6. Para evitar situaciones de pánico, intentaremos explicar los medios de seguridad al cliente, intentando mostrar complicidad.
7. En los toboganes y saltos indicaremos la zona de recepción, así como la de inicio del salto.
8. En caso de caída de algún elemento de seguridad (ocho, mosquetón...), se retirará siendo sustituido por otro.
9. Señalaremos los pasos de dificultad (zonas resbaladizas, sifones, pasos estrechos etc.), intentando que la información llegue a todos los practicantes.
10. Realizaremos advertencias de protección al medio, no dejaremos restos de ningún tipo, intentaremos seguir la pisada del Cliente-Guía.
10. Los Clientes-Guías tienen que abrir y cerrar el grupo hasta la llegada al vehículo.

• Metodología Técnica:

1. A parte de la revisión de los accesorios de los clientes, el Cliente-Guía tiene la obligación de comprobar las instalaciones fijas, así como las partes desechables que ésta llevan. (Llave 8 ml y 10-12 ml).
2. En la instalación para efectuar un rappel, se dispondrá en la cabecera del mismo, un nudo dinámico fugado reasegurado, siendo éste el más adecuado para evitar incidentes en el desarrollo del mismo.
3. Para la realización de un rappel:
 - ✓ El Cliente-Guía tiene que estar anclado con una viga a la instalación, utilizando la otra para asegurar al cliente.
 - ✓ A continuación, se le coloca la cuerda pasándola por su descensor.
 - ✓ En el caso de que haya un único Cliente-Guía, se habilitará otra cuerda de seguridad, estando ésta anclada mediante otro nudo dinámico a la parte contraria de la instalación inicial.
 - ✓ Para situaciones con más de un Cliente-Guía, se podrán instalar dos líneas de rappel estando aseguradas por el guía que esté en la base.
 - ✓ Se recordará la postura adecuada descrita anteriormente y se indicaran los apoyos y la zona de espera.
 - ✓ Habrá contacto visual o auditivo.

• Recogida del material y traslado de regreso:

1. Al llegar al vehículo, indicaremos cómo y dónde se pueden quitar el material:
 - ✓ Lo primero será dejar el casco en las cajas destinadas para ello.
 - ✓ Los arneses se aflojarán procurando que no rocen contra el suelo, colocándolos y su sitio.
 - ✓ La chaqueta, el peto y los escaupines se dejarán del lado del revés, introduciéndolos en la bolsa.
 - ✓ Se ofrecerá una bolsa de plástico para que el cliente pueda meter la ropa y el calzado mojado.
 - ✓ Se les entregará un tentempié (chocolatina, fruta y agua).

- ✓ Durante el camino de regreso se les preguntará por el grado de satisfacción de la actividad.

- Llegada a la oficina de origen: siempre que sea posible, se abrirán y cerrarán las puertas de los vehículos.
Una vez en las oficinas, se les ofrece la hoja de sugerencias y se les indica la posibilidad de utilizar los vestuarios.
- El material utilizado, se descargará en la nave o zona de limpieza y mantenimiento.

4.3 LIMPIEZA, REVISIÓN Y ORDENACIÓN.

- Una vez en la zona de mantenimiento, descargaremos el material por el siguiente orden:

- Cascos, cuerda y arneses. Se revisarán, limpiarán y secarán. Se revisará que estén en perfecto estado.
- Lavado de neoprenos, desinfección, secado y colocación. Se revisarán en este momento.
- Se revisarán mosquetones, gatillos que abren y cierran, y las roscas que deslicen.
- Se revisarán los frontales y se pondrán a cargar las baterías.
- Se revisará el botiquín, y si se ha utilizado se repondrá lo que corresponda.
- Se hará las mismas revisiones para el material del guía.
- Al día siguiente revisaremos si los trajes están secos y emparejaremos chaquetas y petos por tallas y modelos.

5. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE.

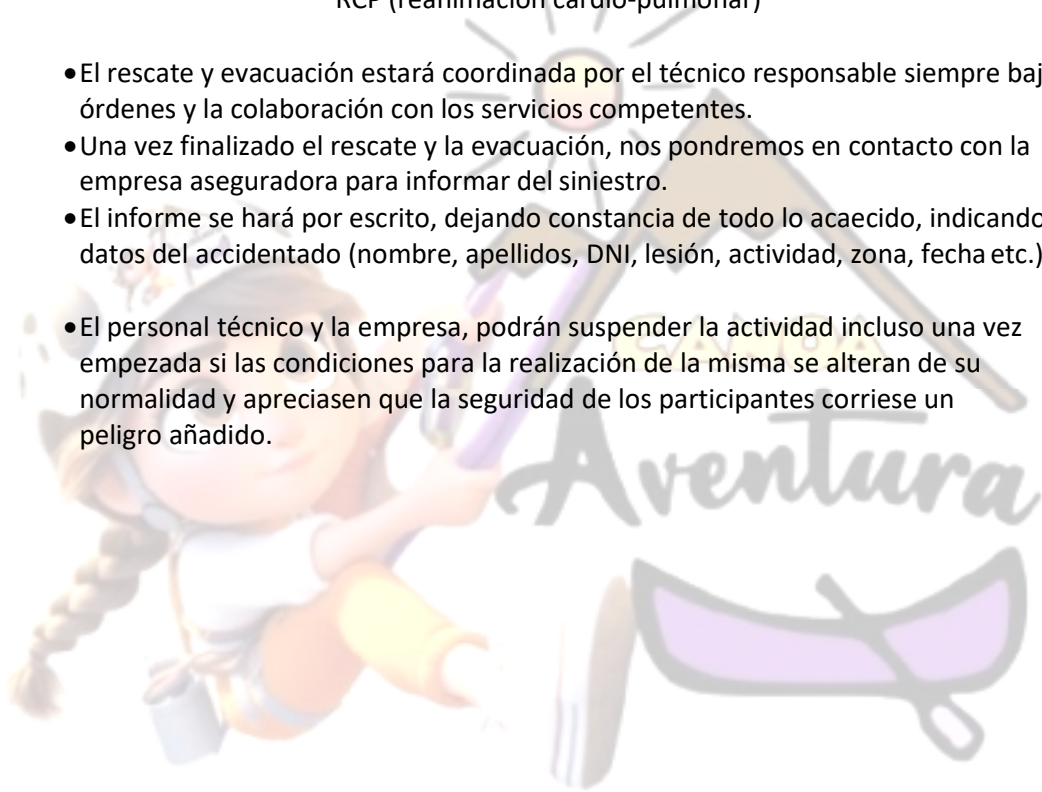
Ante un accidente se elabora un esquema de actuación con las siguientes pautas:

- Protegeremos al herido manteniendo la calma. Evaluaremos la situación, intentando minimizar situaciones de histeria, guiando a un sitio establecido como seguro al grupo.
- En caso de que fuera una lesión leve se advertirá al técnico responsable y se evaluará la cercanía del próximo escape para proceder a la evacuación aplicando primeros auxilios en caso necesario.
- Si fuera grave, nos pondríamos en contacto con el 112, informando detalladamente sobre: descripción de lo ocurrido, localización más exacta posible, número de accidentados, posible punto de encuentro con los servicios de emergencia, condiciones meteorológicas presentes en la zona, número de teléfonos de contacto.
- Procederíamos una vez avisados los servicios de emergencias a socorrer al accidentado:

1. -En caso de lesión de gravedad, se situará al herido en posición lateral de seguridad, tapándolo con una manta térmica y evitando que pierda calor hasta que lleguen los equipos de emergencia.
2. En el caso de que esté inconsciente se mirará respiración y pulso. Si carece de respiración se procederá a efectuar respiración artificial, asegurándonos que tiene despejadas las

vías respiratorias. En consecuencia, ante la pérdida de pulso se realizará masaje cardíaco. Si carece de ambas comenzaremos la RCP (reanimación cardio-pulmonar)

- El rescate y evacuación estará coordinada por el técnico responsable siempre bajo las órdenes y la colaboración con los servicios competentes.
- Una vez finalizado el rescate y la evacuación, nos pondremos en contacto con la empresa aseguradora para informar del siniestro.
- El informe se hará por escrito, dejando constancia de todo lo acaecido, indicando los datos del accidentado (nombre, apellidos, DNI, lesión, actividad, zona, fecha etc.).
- El personal técnico y la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciaran que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido.



FICHA PÚBLICA DESCENSO DE BARRANCOS
RIO NAVEDO, RUBÓ, POMPEDRU Y
PRUNEDA.

Actividad	Servicio	Tipo de servicio	
Descenso de Barrancos	Barranco Navedo Barranco de Rubó Barranco Pompedru Barranco Pruneda	No Guiado - Libre	
Descripción			
Actividad de descenso de barrancos. Barranco de Rubó, situado en el área del concejo de Peñamellera Alta. Barranco Pompedru situado en el área del concejo de Cabrales. Barranco Navedo, situado en Peñarrubia, Cantabria. Barranco Pruneda situado en el concejo de Llanes.			
Edad mínima	Duración aproximada	Nivel de dificultad	
No hay edad mínima. Recomendamos 12 años y menores con adultos	3h30min en el barranco más transporte. Unas 5 horas y media.	Nivel3. Medio	
Lugar de desarrollo		Punto de encuentro	
Concejo de Peñamellera Alta Concejo de Cabrales. Peñarrubia, Cantabria. Concejo de Llanes.		Oficinas o alojamientos	
Nº mínimo y máximo		Ratio clientes-monitor	
Mínimo 1/Máximo consultar		1 Cliente-Guía por cada 8 pax	
Materiales y equipamiento que incluye		Equipamiento personal	
Neoprenos, escaupines, cascos, arneses, descensor, бага de anclaje, mosquetones, frontales bolsa material técnico...		Traje de baño, Botas o deportivas, ropa de repuesto.	
Capacidades personales		Temporada	
Saber nadar, movilidad normal, no fobia altura, no apto embarazadas. Conocimiento del medio		15/2 al 15/11	
Condiciones de reserva y pagos			
Pago previo y confirmación con ticket en repcción.			
Instalaciones			
Disponemos de varias oficinas con vestuarios y alojamientos como origen. Una nave de almacenamiento, limpieza y revisión y varios vehículos para el transporte.			
Seguros			
Responsabilidad civil, nº de póliza: llx2025000114 Accidentes, nº de póliza: 20250420360442			
Tarifa. Consultar descuentos			
Menores de 18 años		Mayores de 18 años	
De 1 a 7 pax	115€	De 1 a 7 pax	115€
De 8 a 15 pax		De 8 a 15 pax	
De 16 a 24 pax		De 16 a 24 pax	
Más de 24 pax		Más de 24 pax	

**FICHA INTERNA DESCENSO DE
BARRANCOS RIO NAVEDO RUBÓ,
POMPEDRU Y PRUNEDA.**

Actividad	Servicio	Tipo de Servicio
Descenso de Barrancos	Río Rubó Río Pompedru Río Navedo Río Pruneda.	No Guiado Libre.
Destinatarios	Cualquier persona que sepa nadar, tenga movilidad normal, no padezca fobias, no tenga patologías físicas o psíquicas, no embarazadas, edad en función de nivel. Conocimientos del medio.	
Requisitos Legales	Autorización del organismo competente (Consejería de Turismo)	
Personal	. Carné B (Solo si va a Conducir). Primeros auxilios.	
Plan de seguridad preventiva		
Material del Seguridad	Botiquín con caja acuática. Teléfono, silbato, navaja, neoprenos, cascos, arneses, material técnico, bolsas para material mojado, caja para accesorios, calzado adecuado.	
Factores previos a la seguridad	Control del parte meteorológico: cielo, vientos, presión, nivel de agua ... Cerciorarse de las condiciones requeridas. Códigos entre Clientes-Guías: 1. Recoger cuerda: mover dedo índice hacia arriba. 2. Dar cuerda: mover dedo índice hacia arriba. 3. Todo OK: tocarse el casco. 4. Reagrupación: brazo derecho en vertical. 5. Silbato: un pitido continuar, dos pitidos parar y tres pitidos incidencia.	
Factores in situ de seguridad	Entregar el material fuera de la carretera, en una zona limpia y cómoda. Comprobar los elementos de protección y seguridad. Todos los equipos (barranco, clientes, guías etc.), serán revisados in situ. Observar las condiciones meteorológicas (viento, nivel de agua, nubosidad etc.). La altura adecuada será la que el Cliente-Guía indique, por lo que es responsabilidad suya definirla.	
Botiquín	Guantes desechables de látex y plástico, bolsas para echar material desechable, gasas y vendas, suero fisiológico, tijera inoxidable, pinza depilar, azúcar, esparadrapo, , manta térmica, , betadine o similar.	
Plan de Actuación en caso de Accidente	Mirar Protocolo general.	
Explicación a clientes		

Seguimos las instrucciones del manual de recepción de clientes. Cuando estemos en la zona de la actividad, situaremos al grupo en semicírculo, para que el Guía comience con la explicación:

- Breve explicación de la zona con particularidades del entorno (cuenca, tipos de roca, vegetación, fauna etc.), así como los datos técnicos del barranco (altura rápeles, saltos, toboganes, duración, temperatura del agua, nivel, perspectiva de tiempo etc.).



- Mantendrán la posición en función de la habilidad de los clientes, (los más hábiles en primer y último lugar). - Se indicará la forma de caminar por el barranco, bajando el punto de gravedad y apoyándonos con las manos. En cada desnivel se indicará también la forma y técnica a utilizar, para ello seguiremos en el Decálogo de actuación. - Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos, no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso del Cliente-Guía, respetar a otros usuarios etc.).
Transporte del Material
- Circularemos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico. - Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente. - Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos. - Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebra...en definitiva en los lugares en los que sea necesario. - Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc. - Está completamente prohibido fumar dentro del vehículo. - Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse los cinturones de seguridad y circular en todo momento con ellos abrochados.
Recogida de Materiales
- Al llegar al vehículo, indicaremos como y dónde se pueden quitar el material. - Lo primero será dejar el casco en las cajas destinadas para ello. - Los arneses se aflojarán procurando que no rocen contra el suelo, colocándolos y su sitio. - La chaqueta, el peto y los escaupines se dejarán del lado del revés, introduciéndolos en la bolsa. - Se ofrecerá una bolsa de plástico para que el cliente pueda meter la ropa y el calzado mojado. - Se les entregará un tentempié (chocolatina, fruta y agua). - Durante el camino de regreso se les entregará una hoja de sugerencias y satisfacción de la actividad.
Capacidad máxima para el servicio y materiales disponibles en la empresa
Material técnico para 90 pax.
Cuidado de bienes de los clientes
Los objetos de valor se podrán dejar en la oficina. En los vehículos solamente se dejará lo imprescindible, siempre oculta para evitar posibles robos.
Satisfacción de clientes y control del servicio
Se ofrecerá a todos los clientes que rellenen la ficha de satisfacción, así como la ficha de incidencias o accidentes por parte de los Guías y la de registro de material.
Política de cancelación del servicio
Para confirmar una reserva, el cliente deberá abonar al menos el 25% del importe total. La cantidad restante se abonará en la base, antes del comienzo de la actividad. En los programas y/o actividades que por sus características especiales conlleven la necesidad de modificar estos porcentajes se hará constar expresamente en sus condiciones particulares. -El cliente podrá desistir de los servicios solicitados o contratados, teniendo derecho a la devolución de las cantidades abonadas, pero deberá indemnizar Canoe Aventura en las cuantías que a continuación se indican: - Abonará los gastos de gestión, los de anulación si los hubiere, y una penalización consistente en el 5% del importe total de la reserva, si el desistimiento se produce con más de 10 y menos de 15 días de antelación a la fecha de comienzo del programa; el 15% entre los días tres y diez, y el 25% dentro de las cuarenta y ocho horas anteriores a la salida. - La no presentación en la fecha y hora indicada por Canoe Aventura, implicará la obligación por parte del cliente del pago del importe total de la reserva. -En caso de que Canoe Aventura cancele la actividad por motivos climáticos o propios,

devolverá el importe íntegro, siendo esta anulación al menos el día anterior a la actividad. • El personal técnico y la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciasen que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido. El cliente, no tendrá en este caso derecho a devolución del importe pagado. Desde la confirmación de la reserva, el cliente asumirá de modo expreso la totalidad de las presentes Condiciones Generales. En el caso de que una persona inscriba a otra/s, asume en su/s nombre/s todas y cada una de estas Condiciones Generales.
<i>Servicios incluidos</i>
Vestuarios, transporte, material técnico y de seguridad, seguros responsabilidad civil y accidentes, IVA.
<i>Servicios no incluidos</i>
Calzado propio, traje de baño, toalla y todo lo no especificado.
<i>Servicios opcionales</i>
Alojamiento en la zona, posibilidad de picnic, consultar.
<i>Criterios ambientales</i>
Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos, no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso del Cliente-Guía, respetar a otros usuarios etc.).
<i>Seguridad en el servicio</i>
Hacer caso en todo momento a las instrucciones que marquen los Clientes-Guías. Calzado adecuado, saber nadar etc.
<i>Reclamaciones, quejas y encuestas de satisfacción</i>
Se dispone de hojas de reclamación oficiales y formularios para quejas o sugerencias.
<i>Condiciones Generales de los Servicios</i>

INSTRUCCIONES BARRANCO

1. Preparación de la Mochila y Material

Dentro de tu mochila, la organización es clave para la flotabilidad y el acceso rápido:

- **Cuerda Amarilla:** Tu cuerda principal de progresión. Se usa para los rápeles.
- **Cuerda Morada:** Cuerda de seguridad/socorro. Debe estar disponible para gestionar un rescate o asegurar un paso expuesto.
- **Bote Estanco:** Colócalo en el fondo o centro de la mochila. Contiene:
- **Botiquín básico:** Desinfectante, vendas, apósitos.
- **Manta térmica:** Vital en caso de espera por accidente o hipotermia.
- **Navaja:** Siempre a mano (preferiblemente fuera del bote, en el arnés o en un lugar de fácil acceso) para cortar cuerdas en caso de empotramiento.

2. Técnica de Rápel con el "8"

Para bajar con la **cuerda amarilla**:

1. **Instalación:** Pasa la cuerda por la reunión (anclaje) y bloquéala si vas a bajar en simple, o déjala en doble si vas a recuperarla.
2. **El Ocho:** Pasa el seno de la cuerda por el ojo grande del 8 y rodéalo por el cuello. Mosquetones a el ojo pequeño a tu anillo ventral.

3. Seguridad (Cuerda Morada): Como mencionas, la cuerda morada va anclada a tu compañero (o a ti, según quién asegure) desde el anillo ventral. Si el que rapele por la amarilla pierde el control o se suelta, el compañero puede frenar la caída desde arriba o desde abajo con la morada.

3. Cómo bajar Toboganes

Los toboganes son divertidos, pero pueden ser lesivos para la espalda y los tobillos si no se hacen bien.

- **Exploración previa:** Nunca te tires por un tobogán sin que alguien haya comprobado antes que la poza de recepción es profunda y no tiene troncos o rocas ocultas.

- **Postura de "Momia":** * Brazos cruzados sobre el pecho, agarrando los hombros o el neopreno. Nunca lleves las manos sueltas (podrías golpearte con las paredes).

- Piernas juntas y estiradas, pero con las rodillas ligeramente flexionadas (no bloqueadas) para absorber impactos.

- Cuerpo ligeramente echado hacia atrás para deslizarse con la mochila (que actúa como protección dorsal).



4. Técnica de Salto a Pozas

El salto es la maniobra que más lesiones causa en el barranquismo. Sigue estas reglas:

- Comprobación de profundidad: Obligatorio. Alguien debe bajar primero (rapeleando) y medir con el pie o el cuerpo la profundidad y el fondo.

• El Salto:

1. **Impulso:** Salta hacia fuera para alejarte de la pared de roca.

2. **Verticalidad:** Mantén el cuerpo como una "estaca".

3. **Entrada:** Pies juntos y brazos pegados al cuerpo en el momento del impacto.

4. **Recepción:** Al entrar en el agua, abre ligeramente las piernas y los brazos para frenar la inmersión y no tocar el fondo con violencia.



5. Protocolo de Seguridad con la Cuerda Morada

Si tu compañero baja por la cuerda amarilla y surge un problema (se bloquea o pierde la cuerda):

- **Aseguramiento:** Debes tener la cuerda morada pasada por un sistema de freno (como otro 8 o un HMS) conectado a la instalación.

- **Descenso de emergencia:** Si el compañero no puede moverse, puedes descolgarlo usando la cuerda morada de forma controlada hasta que llegue a la zona segura o a la poza.

Advertencia de Seguridad

El barranquismo autónomo requiere conocimientos técnicos en nudos de bloqueo, polipastos y autorrescate. Esta guía es informativa; asegúrate de practicar estas maniobras en un entorno controlado antes de enfrentarte a un barranco real.



INSTRUCCIONES ESPELEOBARRANCO

1. Organización de la Mochila y Equipo Personal

Antes de entrar, asegúrate de que el material esté optimizado:

- **Cuerda Amarilla:** Es tu cuerda de progresión. Debe ir plegada de forma que no se enrede para instalar los rápeles rápidamente.
- **Cuerda Morada:** Es tu cuerda de seguridad/socorro. Va anclada a tu anillo ventral y sirve para asegurar al compañero desde arriba (en top-rope) o para actuar en caso de emergencia.
- **Bote Estanco:** Imprescindible para mantener seco el botiquín, la manta térmica (vital para evitar hipotermia en cuevas) y la navaja.
- **Indumentaria:** Neopreno bien ajustado, calzado cerrado con buen agarre y casco siempre abrochado con la linterna de buceo operativa.

2. Técnica de Rápel con el "8"

El ocho es un descensor clásico, pero requiere atención:

1. **Instalación:** Pasa el bucle de la cuerda amarilla por el orificio grande del 8 y rodéalo por el cuello.
2. **Seguridad Pasiva:** Mientras rapelas con la amarilla, el compañero puede estar asegurado por la morada si el paso es muy expuesto o resbaladizo.

3. Frenado: Mantén siempre la mano de freno (la que sostiene la cuerda por debajo del ocho) activa. Nunca la sueltes.

3. Cómo bajar Toboganes y Saltar a Pozas

La seguridad en el agua es donde más accidentes ocurren por exceso de confianza.

Toboganes (Deslizamientos)

- Postura de "Sarcófago": Túmbate sobre la espalda, cruza los brazos sobre el pecho y mantén los pies juntos y ligeramente elevados.
- Exploración previa: Nunca te tires por un tobogán sin que alguien haya comprobado abajo que no hay troncos, piedras o remolinos peligrosos.
- Final del recorrido: Al llegar al agua, no intentes ponerte de pie inmediatamente; deja que la flotabilidad del neopreno te saque a la superficie.



Salto a Pozas

- Regla de Oro: ¡Prohibido saltar de cabeza! Siempre de pie.
- Técnica de "Palitroque": Salta con el cuerpo vertical, pies juntos y brazos pegados al cuerpo o protegiendo la cara/casco.
- Recepción: Flexiona ligeramente las rodillas al impactar para absorber el golpe, pero mantén las piernas juntas para evitar lesiones inguinales o impactos con rocas sumergidas.

Si ocurre una pérdida de la cuerda principal o una caída:

- Uso de la cuerda morada: Al estar anclada a tu arnés, puedes usarla para descolgar a un compañero herido o crear un polipasto si alguien queda bloqueado.
- Primeros Auxilios: En caso de parada prolongada, usa la manta térmica del bote estanco inmediatamente. En una cueva, la humedad y la falta de sol aceleran la hipotermia drásticamente.



CONDICIONES CONTRACTUALES:

El cliente declara y asume que las actividades contratadas se sujetan a las siguientes normas y acuerdos:

El cliente declara estar en condiciones físicas normales y que sus antecedentes médicos no mermán sus facultades para realizar la actividad con la suficiente destreza. El cliente declara no estar bajo los efectos de alcohol, drogas ni medicamentos que limiten o alteren sus facultades.

En caso de embarazo el propio cliente será el que mida si la actividad representa un riesgo para sí misma y/o para el feto por el hecho de estar embarazada, descartando realizar la actividad si existen dudas.

El cliente conoce, valora y asume los riesgos que la actividad conlleva ante un posible accidente; siendo él mismo el que se ve capacitado para superar todas las posibles dificultades derivadas de la práctica de la actividad.

Los menores de edad deberán ir acompañados de un adulto que se responsabiliza de que el menor cuenta con las autorizaciones de sus tutores para la realización expresa de la actividad. Este adulto también será el responsable del comportamiento del menor y de que siga las instrucciones relativas al desarrollo correcto de la actividad. Este adulto se identificará ante la empresa como responsable de uno o varios menores. Este adulto será el responsable de valorar la idoneidad de que los menores realicen la actividad, teniendo en cuenta las capacidades personales de los menores y de la suyas propias. Todos los mayores de edad que realicen la actividad bajo una misma reserva se consideran responsables de todos los menores incluidos en dicha reserva.

La edad máxima de los participantes será 65 años. Los clientes que superen esta edad declaran aportar a la actividad su propio seguro de Responsabilidad Civil y de Accidentes. Los clientes que superen esta edad deberán asumir que la empresa tiene una limitación de edad (65 años) en sus seguros, quedando excluidos los que la superen. El cliente, por tanto, no podrá reclamar a la empresa ninguna indemnización ni responsabilidad en este sentido.

El material que la empresa aporta para la realización de la actividad (Casco, Arnés, Cuerda, Descendedor, Mosquetones, Bidón Estanco, Neopreno y mochila con material técnico) es de uso personal y el cliente debe elegir el que se adecue perfectamente a su talla. Deberá evaluar que lo recibe en perfectas condiciones y comunicar cualquier desperfecto al devolverlo.

El cliente debe traer el agua suficiente para realizar la actividad teniendo en cuenta el esfuerzo y la duración de la misma. Del mismo modo deberá traer algún snack rico en azúcares para prevenir una posible bajada de tensión o de azúcar. Debajo del Neopreno es obligatorio el uso de traje de baño y prendas térmicas. El calzado será siempre cerrado y de montaña. El cliente tendrá en cuenta la previsión del clima para adecuar su vestimenta a las posibles evoluciones. Los alimentos que el personal de la empresa pudiera ofrecer a los clientes serán valorados dichos clientes en lo relativo a su idoneidad y compatibilidades alimenticias.

El cliente deberá seguir fielmente las instrucciones que aquí se indican. El cliente reconoce su capacidad para realizar la actividad según se indica especialmente en los pasos con cuerdas y saltos al agua. La actividad no es guiada ni supervisada por el personal de canoa Aventura.

Las condiciones climáticas en las que se desarrolle la actividad serán las asumidas por el cliente. El cliente cancelará la actividad si AEMET pronostica una alerta meteorológica en la zona y la publica en su página web AEMET.com

La empresa aportará personal que trasladará y acompañará a los clientes para: llevar el botiquín, agua y azúcares extra. Será también el encargado de hacer fotos a los clientes durante la actividad. Las fotos que el personal de la empresa realice durante la actividad se enviarán a los clientes por whatsapp; teniendo en cuenta que enviará las fotos de todo el grupo, solo a los clientes que originalmente realizaron las reservas. El cliente cede las fotos y vídeos realizados para el uso publicitario que la empresa estime oportuno. El cliente reconoce que la cesión del uso publicitario de las fotos y videos incluyen expresamente a los menores, siendo los clientes responsables de los menores los que asumen tener las autorizaciones oportunas.

Si el cliente solicita ayuda del personal de la empresa será por cuestiones de comodidad. Deberá entenderse que el cliente tiene el criterio idóneo para ser autosuficiente en el desarrollo íntegro de la actividad.

- El cliente, una vez realizada la reserva, se haya pagado o no, podrá cambiar: su fecha, su número de participantes o incluso cancelarla con derecho a la devolución según este criterio: Abonará los gastos de gestión, los de anulación si los hubiere, y una penalización consistente en el 5% del importe total de la reserva, si el desistimiento se produce con más de 10 y menos de 15 días de antelación a la fecha de comienzo del programa; el 15% entre los días tres y diez, y el 25% antes de las cuarenta y ocho horas anteriores a la salida y del 100% a partir de ese momento.

El cliente que no se presente el día y la hora que conste en su reserva perderá el derecho a realizar la actividad y no tendrá derecho a devolución del importe pagado. La empresa se reserva el derecho de asignar la hora de la actividad dentro del día reservado por el cliente.

La Empresa se compromete a enviar los datos de la reserva como máximo el día anterior a la actividad.

Situación Geográfica Barranco Rubó.

Coordenadas GPS

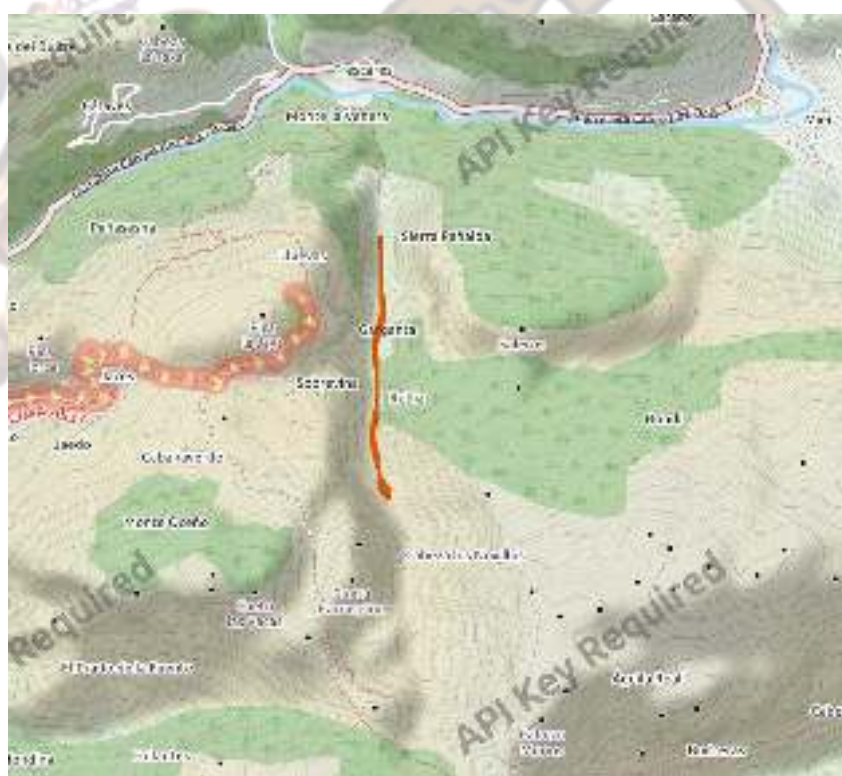
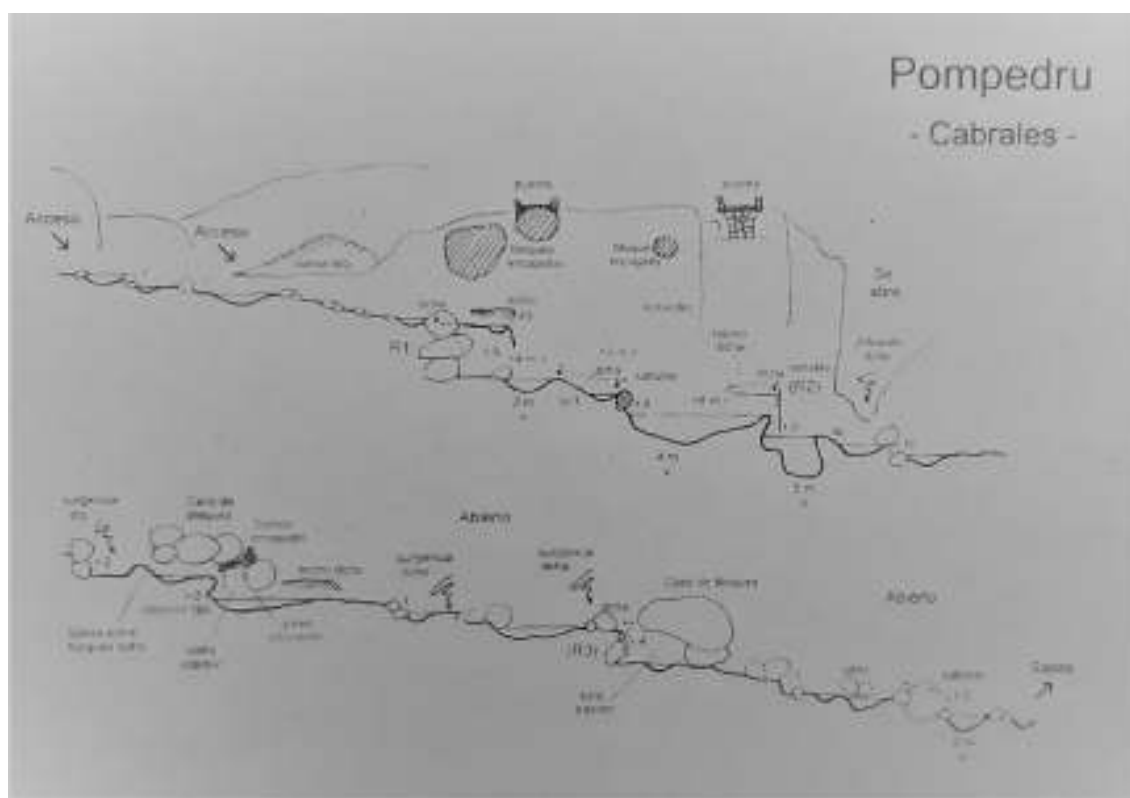


- Entrada: 43° 18' 24" // 4° 42' 26"
- Salida: 43° 18' 59" // 4° 42' 28"



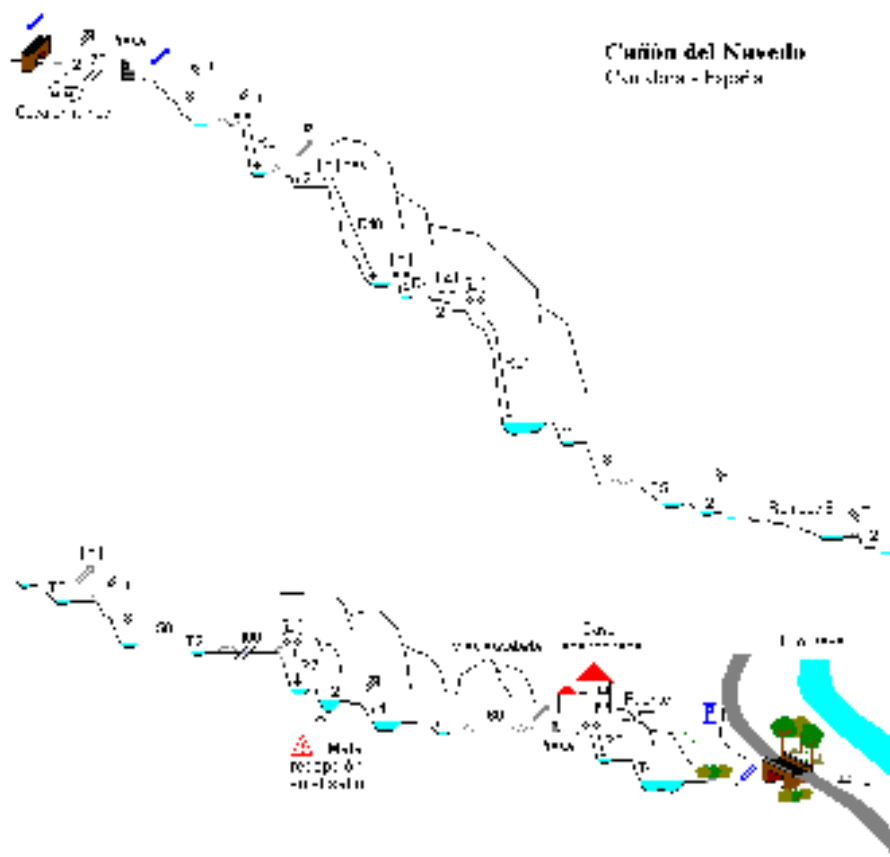
Situación Geográfica Barranco Pompedru.

Coordenadas: Entrada 43°18'30.8"N 4°42'26.7"W - Salida: 43°18'30.8"N 4°42'26.7"W



Situación Geográfica Barranco Navedo. [43.245644, -4.584832](#)

Coordenadas: Entrada $43^{\circ}25'01.27''\text{N}$ $4^{\circ}58'03.91''\text{W}$ – Salida $43^{\circ}24'56.44''\text{N}$ $4^{\circ}58'48.32''\text{W}$



Situación Geográfica Barranco Pruneda.

Coordenadas: Entrada $43^{\circ}22'33.9''N$ $4^{\circ}43'16.1''W$ - Salida $43^{\circ}22'38.4''N$ $4^{\circ}42'52.8''W$

Durante el recorrido el guía será el que indique su recorrido donde encontraremos con zonas de diferente firme y dificultad técnica.

La duración es de una o dos horas, saliendo desde nuestra base y tras el desarrollo de la actividad, finalizar de nuevo en nuestra base en Siejo.

Se utilizará material de protección contra las rozaduras y el frío (traje de agua, casco, etc.) que aportará la empresa.

El cliente tiene la obligación de informar de enfermedades o patologías que puedan mermar su actitud física y mental, así como cualquier medicación o sustancia que perjudique lo anteriormente descrito.

Las mujeres en estado de gestación no podrán realizar la actividad.

Por otra parte, los requisitos mínimos son:

- Estar en posesión del carnet de conducir B1.
- Tener movilidad normal.
- No tener fobia a la altura.

La ruta en Quad es una actividad guiada, por lo que su dirección y coordinación es responsabilidad del personal de la empresa.

Canoa Aventura propone varias salidas en función de la dificultad y la duración, siendo programado con anterioridad.

Asimismo, al ser una actividad desarrollada en el medio natural, su realización depende de las condiciones climáticas, por lo que su práctica conlleva el seguimiento de los partes meteorológicos durante su desarrollo y con anterioridad.

La empresa se reserva el derecho de suspender o posponer la actividad si por motivos de seguridad fuese necesario.

La revisión y el mantenimiento del material y accesorios será tarea de los propios técnicos que la desarrollen, utilizando para ello las fichas específicas para su registro. Taller.

Para la limpieza de material utilizado, se seguirá el protocolo correspondiente, incluyendo los productos específicos para una correcta higiene (antibacterianos, jabones etc.).

En cuanto al material a aportar por el cliente, será el siguiente:

- Botas o zapatillas que aseguren los pies.
- Pantalón largo (preferiblemente).

5-ANALISIS DE RIESGOS.

- **Climatología y tormentas:** debido a climatologías adversas, al aumento del caudal de lluvia es un factor importante de riesgo, por lo que habrá una medida máxima en función de las referencias de cada ruta.

Considerar también que tanto la lluvia como el viento, pueden ser determinantes en

un posible derrumbe o movimiento de tierra.

- **Caídas por desplome o derrumbamiento:** se vigilarán las zonas de mayor exposición, como árboles, piedra suelta, pasillos verticales...
- **Caídas de personas al mismo nivel:** arañosos, pequeños golpes..., al ser zonas húmedas puede haber vegetación o materiales que puedan provocar estos accidentes.
- **Caídas de personas a diferente nivel:** Caer del propio vehículo.
- **Accidentes causados por seres vivos:** picaduras de insectos, víboras, garrapatas etc.
- **Quemaduras, hipotermia y golpe de calor:** la climatología influye en la sensación térmica. Con la velocidad la pérdida de calor es mucho mayor.
- **Manipulación manual de cargas y sobreesfuerzos:** carga y descarga del material y las posturas adoptadas. Lesiones musculares y roturas, al adoptar posturas forzadas o por la incorrecta utilización de los medios técnicos.
- **Accidentes "in itinere":** al no respetar las normas de circulación o por posibles accidentes provocados por otros usuarios.

6- MEDIDAS DE PREVENCIÓN.

Se establece un decálogo de actuación en el que se define por escrito las particularidades de la actividad, los requisitos mínimos y unas medidas de seguridad básicas.

El deber de información tanto de la empresa al cliente como del cliente a la empresa, se hará por escrito siempre que sea posible, teniendo claro ambos, la información necesaria para establecer un mínimo de seguridad.

Los requisitos de los clientes se definirán en la ficha propia de la ruta a desarrollar que contiene información específica (riesgo, duración, máximo y mínimo de participante etc.).

El personal técnico (taller) serán los encargados tanto de la revisión, como del mantenimiento del material, siendo este certificado y homologado por la CEE.

3.1 CLIMATOLOGÍA Y TORMENTAS.

- Se tendrá en cuenta las previsiones meteorológicas, revisando los partes diariamente. En caso de tormenta local, se observará el cielo, los vientos y la presión atmosférica, siendo una referencia disuasoria para evaluar el riesgo.
- Si notamos un cosquilleo en la piel o si los objetos metálicos emiten un extraño zumbido, es debido a que se están desplazando las cargas eléctricas que producen las tormentas, se valorará el riesgo y se actuará en consecuencia.
- Ante posibles tormentas eléctricas o de granizo, se regresará de nuevo a la base dando por terminada la actividad.

3.2 CÁIDAS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO.

- En función de la zona, ruta elegida y la climatología se vigilarán posibles movimientos en el firme, así como caídas de árboles y piedras.
- Para una correcta protección, el equipamiento debe estar bien ajustado, siendo el guía el encargado de definir el recorrido a seguir. De tal forma que los participantes no puedan abandonarlo ni salirse sin causa justificada.
- El casco es obligatorio durante toda la actividad.

3.11 CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO O DISTINTO NIVEL.

- Ante posibles caídas del vehículo los usuarios deberán sujetarse correctamente y circular con prudencia para una mayor seguridad.
- Se vigilará el calzado de los clientes.
- Nos anticiparemos y señalaremos las zonas que se prevén más susceptibles de deslizamiento del vehículo (zonas de resaltes o con musgos, barro etc.).
- Habrá un orden dentro del posicionamiento del grupo, siendo éste valorado por el Guía en función de la capacidad técnica y física de los participantes.
- Durante los descansos, antes, durante y después de algún paso con dificultad, la reagrupación se hará en zonas establecidas previamente por los técnicos, valorando la superficie, y en definitiva la seguridad.

3.12 ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS.

- Evitar en la medida de lo posible, las zonas conocidas por la presencia de avispas, garrapatas, víboras etc.
- Aplicar repelentes y examinarse después de la actividad, duchándose y frotándose con agua y jabón, revisando las partes íntimas.
- En el deber de información de los participantes, nos indicarán posibles alergias para los casos anteriormente descritos.
- Aunque durante el recorrido se evitará pisar y tocar zonas aledañas de vegetación, procurando caminar por el sendero establecido. Todo esto se recordará en la charla previa al desarrollo de la actividad.

3.13 QUEMADURAS, HIPOTERMIA Y GOLPES DE CALOR.

- Un buen mantenimiento y una buena equipación hacen que la conservación térmica y la protección contra rozaduras sea más adecuada.
- Protegerse al máximo del viento y la pérdida de temperatura.
- Los tiempos de espera en la ruta han de reducirse en la medida de lo posible, siendo un factor que influye directamente en la pérdida de calor por parte de los participantes.
- El golpe de calor es la consecuencia más grave derivada de una excesiva actividad física o exposición al sol, su previsión estará enfocada a evitar un aumento de la temperatura corporal.
- En la explicación técnica del manejo se hará hincapié en el hecho de estar siempre asegurados en la línea de vida.

3.14 MANIPULACION MANUAL DE CARGAS Y SOBRESFUERZOS.

- Lesiones musculares y roturas: se utilizarán zapatillas o botas que se ajusten bien al pie.
- Antes de realizar movimientos bruscos o de mucho esfuerzo físico realizaremos los oportunos ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- Se adoptarán medidas técnicas u organizativas para evitar la manipulación manual de cargas.
- El peso máximo de los materiales a manipular manualmente de forma continua y en condiciones ideales, será de 25 Kg. Estas condiciones nos tienen que permitir, ya sea con espacio suficiente, fácil sujeción de la carga y un levantamiento seguro y sin

esfuerzos. En caso contrario se manipularán entre más de una persona. Los diferentes pasos que hemos de seguir siempre para levantar una carga, son los siguientes:

- 1 Fijar firmemente los pies.
- 2 Situar un pie más adelantado que otro.
- 3 Aproximarse la carga lo máximo posible.
- 4 Doblar siempre las piernas.
- 5 Nunca arquear el tronco.
- 6 Asegurar bien el agarre.
- 7 Repartir el esfuerzo entre las piernas y los brazos.
- 8 No girar el tronco ni mover los pies.

- i. Se utilizarán equipos de protección individual cuando sean necesarios.

b. ACCIDENTES “IN ITINERE”.

- i. Circularémos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico.
- ii. Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente.
- iii. Realizar reciclajes periódicos de formación a través de monografías sobre seguridad vial escritas.
- iv. Periódicamente se revisarán entre otras cosas el correcto estado de los elementos de seguridad de los vehículos (frenos, cubiertas, niveles etc.).
- v. Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos.
- vi. Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebra...en definitiva en los lugares en los que sea necesario.
- vii. Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc.
- viii. Está completamente prohibido fumar en el vehículo.
- ix. Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse el casco y circular en todo momento con el abrochado.

7- DECALOGO DE ACTUACIÓN.

El guía tiene la obligación de preparar y conducir la actividad, proporcionando a los clientes el material necesario, en buenas condiciones de uso y limpieza. Sus labores están divididas en tres fases.

4.5 Preparación de la actividad

4.6 Desarrollo de la misma

4.7 Después de la actividad: limpieza, revisión y ordenación.

4.4 PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD.

Lo primero es establecer una valoración de las condiciones climáticas que se prevén (vientos, cielo, presión etc.).

Después se planteará la hoja de ruta con el coordinador de la actividad, con información precisa del número de personas y en general aspectos relativos a la seguridad.

La preparación se realiza tomando como referencia la ficha descriptiva de la ruta a realizar.

Se mantendrá siempre el mismo orden para prepararlo:

- c. Material para los clientes: trajes de agua, cascos y quads.
- d. Material para los Guías: trajes de agua, cascos, equipo de comunicación

y quads.

4.5 DESARROLLO DE LA MISMA

Esta fase comienza con la llegada de los clientes a la oficina y finaliza con el regreso a la misma.

- Se realizará una acogida cordial y amistosa. Nos comunicaremos con una sonrisa. Buenos días/tardes.
- Se les solicitará el bono.
- Se explicará el desarrollo de la actividad: punto de destino, dificultad, horarios etc.
- En todo momento se mantendrá ese espacio imaginario de respeto y complicidad con el cliente, sin llegar a invadir su intimidad.
- Se llamará al cliente por su nombre (siempre que sea posible).
- Asimismo, les aconsejaremos realizar sus necesidades fisiológicas antes de comenzar con las explicaciones técnicas.
- Comenzaremos la charla técnica, referida al lugar en el que nos encontramos. Particularidades del entorno, dificultades que nos vamos a encontrar en él, así como técnicas de progresión, manera de circular.
- Nos situaremos en semicírculo y procederemos a la charla técnica.
- Dentro de la ruta, en los puntos de dificultad, habrá una zona de seguridad establecida por el Guía, donde los participantes esperarán su turno de progreso.
- Se recomendará llevar prendas largas, así como no llevar durante el recorrido pulseras, reloj, collares, anillo etc. Una vez ajustado y revisado el casco de los clientes procederemos a comenzar la ruta.
- El Guía comprobará durante la ruta el correcto ajuste del equipamiento de los clientes, así como la conducción de los mismos.
- Progresión en la ruta.
 - 1 Utilizaremos el mismo orden de progreso, procurando que los más hábiles vayan cerrando el grupo, siendo la parte delantera la destinada para los menos experimentados.
 - 2 En el caso de que la actividad fuese dirigida por un único Guía, intentaremos asignar algún elemento identificativo a la persona que va cerrando el grupo.
 - 3 Incidir en la responsabilidad del Guía, en cuanto a la seguridad. Maniobras de exhibición o actuaciones de riesgo innecesarias tanto por su parte como por la de los clientes, pueden ser motivo de responsabilidad penal.
 - 4 Durante el recorrido, además de la técnica, vigilaremos el comportamiento y las aptitudes, transmitiendo motivación e interpretando el paisaje que nos rodea.
 - 5 Para evitar situaciones de pánico, intentaremos explicar los medios de seguridad al cliente, intentando mostrar complicidad y paciencia.
 - 6 Señalaremos los pasos de dificultad (zonas resbaladizas, pasos estrechos etc.), intentando que la información llegue a todos los practicantes.
 - 7 Realizaremos advertencias de protección al medio, no dejaremos restos de ningún tipo, intentaremos seguir la pisada del Guía.
 - 8 Los Guías tienen que abrir el grupo hasta la llegada a la base.
- 9 Al llegar a la base, indicaremos cómo y dónde se pueden quitar el material:
 - a. Lo primero será dejar el casco en las zonas destinadas para ello.
 - b. El traje de aguas también se dejará en la zona reservada a ello.
 - c. Se ofrecerá una bolsa de plástico para que el cliente pueda

meter la ropa y el calzado mojado.

- d. Durante el camino de regreso se les entregará una hoja de sugerencias y satisfacción de la actividad.

4.6 LIMPIEZA, REVISIÓN Y ORDENACIÓN.

- Una vez en la zona de mantenimiento, descargaremos el material por el siguiente orden:
 - Cascos. Se revisarán, limpiarán y secarán. Se revisará que estén en perfecto estado.
 - Lavado de trajes de agua. desinfección, secado y colocación. Se revisarán en este momento.
 - Se revisará el botiquín, y si se ha utilizado se repondrá lo que corresponda.
 - Se hará las mismas revisiones para el material del guía.
 - Al día siguiente revisaremos si los trajes están secos y emparejaremos chaquetas y pantalones por tallas y modelos.

6. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE.

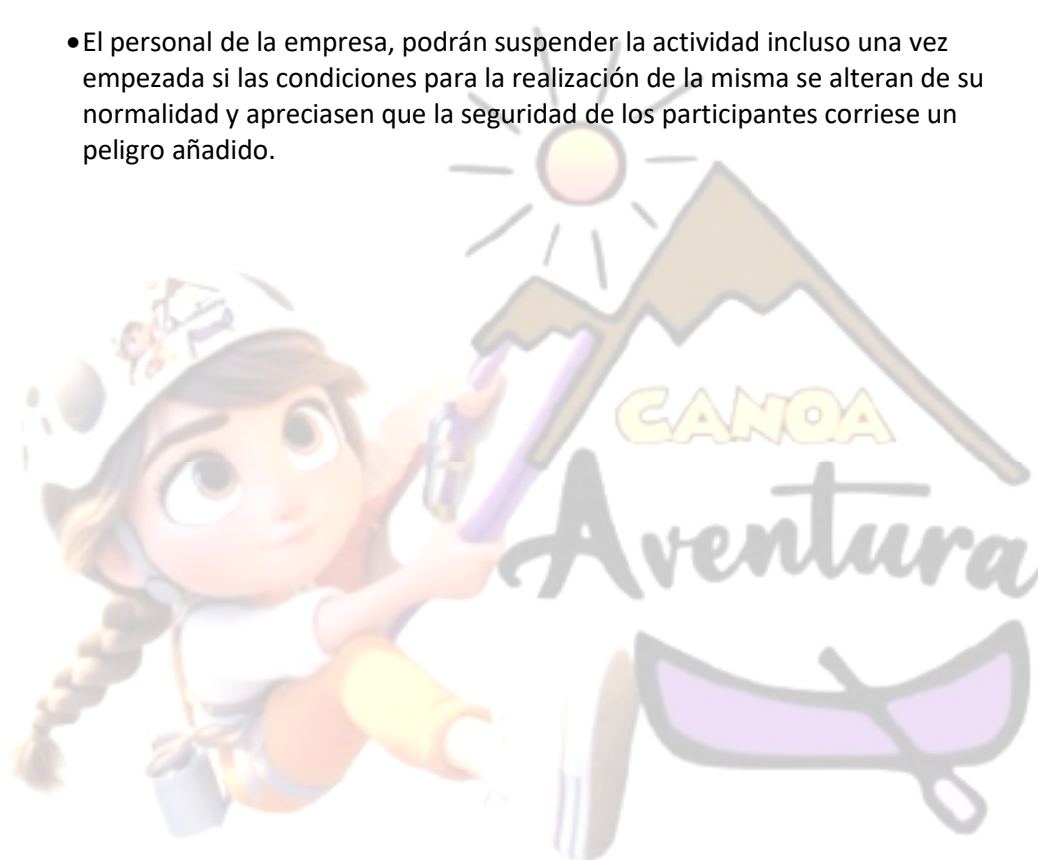
Ante un accidente se elabora un esquema de actuación con las siguientes pautas:

- Protegeremos al herido manteniendo la calma. Evaluaremos la situación, intentando minimizar situaciones de histeria, guiando a un sitio establecido como seguro al grupo.
- En caso de que fuera una lesión leve se advertirá al técnico responsable y se evaluará la cercanía del próximo escape para proceder a la evacuación aplicando primeros auxilios en caso necesario.
- Si fuera grave, nos pondríamos en contacto con el 112, informando detalladamente sobre: descripción de lo ocurrido, localización más exacta posible, número de accidentados, posible punto de encuentro con los servicios de emergencia, condiciones meteorológicas presentes en la zona, número de teléfonos de contacto.
- Procederíamos una vez avisados los servicios de emergencias a socorrer al accidentado:
 3. -En caso de lesión de gravedad, se situará al herido en posición lateral de seguridad, tapándolo con una manta térmica y evitando que pierda calor hasta que lleguen los equipos de emergencia.
 4. En el caso de que esté inconsciente se mirará respiración y

pulso. Si carece de respiración se procederá a efectuar respiración artificial, asegurándonos que tiene despejadas las

vías respiratorias. En consecuencia, ante la pérdida de pulso se realizará masaje cardíaco. Si carece de ambas comenzaremos la RCP (reanimación cardio-pulmonar)

- El rescate y evacuación estará coordinada por el técnico responsable siempre bajo las órdenes y la colaboración con los servicios competentes.
- Una vez finalizado el rescate y la evacuación, nos pondremos en contacto con la empresa aseguradora para informar del siniestro.
- El informe se hará por escrito, dejando constancia de todo lo acaecido, indicando los datos del accidentado (nombre, apellidos, DNI, lesión, actividad, zona, fecha etc.).
- El personal de la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciase que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido.



FICHA PÚBLICA RUTA EN QUADS

Actividad	Servicio	Tipo de servicio
RUTA EN QUADS	Ruta de 1 hora. Ruta de 2 horas	Guiado
Descripción		
Actividad, ruta en Quads por itinerarios guiados. Es necesario estar en posesión del carnet de conducir B1.		
Edad mínima	Duración aproximada	Nivel de dificultad
Recomendamos 12 años y menores con adultos	Ruta de 1 hora. Ruta de 2 horas	Nivel3. Medio

Lugar de desarrollo	Punto de encuentro
Concejo de Peñamellera Baja, concejo peñarrubia, cantabria	Nuestra base en Siejo. La hermita
Nº mínimo y máximo	Ratio clientes-monitor
Mínimo 1/Máximo ----	1 Guía por cada 5 Quads
Materiales y equipamiento que incluye	Equipamiento personal
Casco, traje de agua y quad.	Botas o deportivas cerradas, ropa de Repuesto.
Capacidades personales	Temporada
Tener el Carnet de conducir B1, movilidad normal, no fobia altura, no apto embarazadas ...	Todo el Año
Condiciones de reserva y pagos	
Pago previo y confirmación con ticket en recepción	
Instalaciones	
Disponemos de oficina con vestuarios como origen. Una nave de almacenamiento, limpieza y revisión y varios vehículos.	
Seguros	
Responsabilidad civil, nº de póliza: Ilx2025000114 Accidentes, nº de póliza: 20250420360442	
Tarifa. Consultar descuentos	
Menores de 18 años	Mayores de 18 años
De 1 a 7 pax	De 1 a 7 pax
150€	150€
De 8 a 15 pax	De 8 a 15 pax
De 16 a 24 pax	De 16 a 24 pax
Más de 24 pax	Más de 24 pax

FICHA INTERNA RUTA EN QUADS

Actividad	Servicio	Tipo de Servicio
Ruta en Quad	Peñamellera Baja Peñarrubia, Cantabria	Guiado
Destinatarios	Cualquier persona que tenga el carnet de conducir B1, tenga movilidad normal, no padezca fobias, no tenga patologías físicas o psíquicas, no embarazadas, edad en función de nivel.	
Requisitos Legales	Autorización del organismo competente (Consejería de Turismo)	
Personal	Carné B1. Primeros auxilios.	
Plan de seguridad preventiva		
Material del Seguridad	Botiquín con caja acuática. Teléfono, silbato, navaja, neoprenos, cascos, arneses, material técnico, bolsas para material mojado, caja para accesorios, calzado adecuado.	

Factores previos a la seguridad	Control del parte meteorológico: cielo, vientos, presión, nivel de agua ... Cerciorarse de las condiciones requeridas.
Factores in situ de seguridad	Entregar el material fuera de la carretera, en una zona limpia y cómoda. Comprobar los elementos de protección y seguridad. Todos los equipo serán revisados in situ. Observar las condiciones meteorológicas (viento, nivel de agua, nubosidad etc.). La ruta será la que Canoa Aventura indique, por lo que es responsabilidad de la empresa definirla.
Botiquín	Guantes desechables de látex y plástico, bolsas para echar material desechable, gasas y vendas, suero fisiológico, tijera inoxidable, pinza depilar, azúcar, esparadrapo, , manta térmica, , betadine o similar.
Plan de Actuación en caso de Accidente	Mirar Protocolo general.
Explicación a clientes	
Seguimos las instrucciones del manual de recepción de clientes. Cuando estemos en la zona de la actividad, situaremos al grupo en semicírculo, para que el Guía comience con la explicación: Breve explicación de la zona con particularidades del entorno (cuenca, tipos de roca, vegetación, fauna etc.), así como los datos técnicos del manejo del vehículo, etc.	
- Mantendremos la posición en función de la habilidad de los clientes, siendo ésta observada durante los primeros resaltes (los menos hábiles en primer lugar). - Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos, no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso del Guía, respetar a otros usuarios etc.).	
Transporte del Material	
- Circularemos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico. - Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente. - Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos. - Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebrá...en definitiva en los lugares en los que sea necesario. - Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc. - Está completamente prohibido fumar en el vehículo. - Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse los cascos y circular en todo momento con ellos abrochados.	
Recogida de Materiales	

- Al llegar a la base, indicaremos como y dónde se pueden quitar el material. - Lo primero será dejar el casco en las zonas destinadas para ello. - El traje de aguas se dejará en las zonas destinadas a ello. - Se ofrecerá una bolsa de plástico para que el cliente pueda meter la ropa y el calzado mojado. - Durante el camino de regreso se les entregará una hoja de sugerencias y satisfacción de la actividad.
Capacidad máxima para el servicio y materiales disponibles en la empresa
Material técnico para 8 pax
Cuidado de bienes de los clientes
Los objetos de valor se podrán dejar en la oficina. En los vehículos solamente se dejará lo imprescindible, siempre oculta para evitar posibles robos.
Satisfacción de clientes y control del servicio
Se ofrecerá a todos los clientes que rellenen la ficha de satisfacción, así como la ficha de incidencias o accidentes por parte de los Guías y la de registro de material.
Política de cancelación del servicio
Para confirmar una reserva, el cliente deberá abonar al menos el 25% del importe total. La cantidad restante se abonará en la base, antes del comienzo de la actividad. En los programas y/o actividades que por sus características especiales conlleven la necesidad de modificar estos porcentajes se hará constar expresamente en sus condiciones particulares. -El cliente podrá desistir de los servicios solicitados o contratados, teniendo derecho a la devolución de las cantidades abonadas, pero deberá indemnizar Canoe Aventura en las cuantías que a continuación se indican: - Abonará los gastos de gestión, los de anulación si los hubiere, y una penalización consistente en el 5% del importe total de la reserva, si el desistimiento se produce con más de 10 y menos de 15 días de antelación a la fecha de comienzo del programa; el 15% entre los días tres y diez, y el 25% dentro de las cuarenta y ocho horas anteriores a la salida. - La no presentación en la fecha y hora indicada por Canoe Aventura, implicará la obligación por parte del cliente del pago del importe total de la reserva. -En caso de que Canoe Aventura cancele la actividad por motivos climáticos o propios,
Servicios incluidos
Vestuarios, material técnico y de seguridad, seguros responsabilidad civil y accidentes, IVA.
Servicios no incluidos
Calzado propio, mochila, agua y todo lo no especificado.
Servicios opcionales
Alojamiento en la zona, posibilidad de picnic, consultar.
Criterios ambientales
Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso del Cliente-Guía, respetar a otros usuarios etc.).
Seguridad en el servicio
Hacer caso en todo momento a las instrucciones que marquen los Guías. Calzado adecuado.
Reclamaciones, quejas y encuestas de satisfacción
Se dispone de hojas de reclamación oficiales y formularios para quejas o sugerencias.
Condiciones Generales de los Servicios

Condiciones Generales de los Servicios

En el campo del turismo activo y los deportes de aventura existe un riesgo potencial derivado de su propia naturaleza. Los guías y técnicos cuentan con la preparación y experiencia adecuada a la actividad que desarrollan. De seguir sus instrucciones y directrices depende, en gran medida, la seguridad durante la actividad.

- 1.- Las actividades ofertadas están sujetas a las condiciones del medio en que se desarrollan y de las personas que participan, por lo que pueden sufrir cambios antes o incluso durante la actividad (meteorología, cambios bruscos del caudal, problemas físicos de los participantes, etc.). En caso de anulación por parte de Canoe Aventura, el cliente tendrá derecho al aplazamiento, a la sustitución por otra actividad de su conformidad ó a la devolución del importe abonado.
- 2.- El cliente tiene la obligación de informar sobre posibles estados de gestación, paraplejías o enfermedades cardiovasculares antes de contratar cualquier actividad. Asimismo se compromete a no estar bajo los efectos del alcohol, drogas y/o estupefacientes, así como cualquier otra medicación que pueda incidir en su capacidad de reacción. Para participar en las actividades acuáticas es imprescindible saber nadar. En la ficha técnica de cada actividad se especifica las condiciones y edades mínimas. Los menores de edad deberán contar con autorización ó estar acompañados por persona responsable. En todo caso, y especialmente para las actividades de nivel avanzado, Canoe Aventura podrá optar por realizar una prueba previa y se reserva el derecho de admisión.
- 3.- El compromiso de Canoe Aventura comienza con la actividad contratada, por lo que es responsabilidad su transporte hasta las instalaciones o hasta el lugar de inicio de la actividad, en su caso. El contrato y la responsabilidad de Canoe Aventura afectan exclusivamente al trabajo directo de sus técnicos y a la organización de la actividad.
- 4.- Los precios son por persona e incluyen los servicios directos de PanesAventura con IVA incluido y para el grupo mínimo indicado. Salvo que se exprese literalmente lo contrario, la contratación de los servicios externos (alojamiento, transporte,) será a cargo del cliente.
- 5.- En el precio está incluido el material necesario, tanto individual como colectivo. En cada ficha técnica se especifica el equipo necesario en cada actividad.
- 6.- En el precio está incluido el seguro de asistencia con cobertura en caso de enfermedad y accidentes.

El personal técnico y la empresa podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciasen que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido.

VIAS FERRATAS

Se trata de ascender una montaña utilizando técnicas combinadas de escalada y montañismo, todo ello facilitado por la instalación fija de anclajes de hierro que permiten una cómoda ascensión (aún sin experiencia previa) y sujetos a una línea de vida anclada paralelamente a los peldaños (también es de hierro). Durante el recorrido nos encontraremos con diferentes dificultades que hacen más atractiva la aventura, como son los puentes tibetanos o las tirolinas.

La duración mínima es de 4 horas, incluyendo aproximación desde el punto de encuentro y regreso al mismo.

Se utilizará material de protección contra las rozaduras y el frío (casco, arnés y material técnico etc.) que aportará la empresa.

El cliente tiene la obligación de informar de enfermedades o patologías que puedan mermar su actitud física y mental, así como cualquier medicación o sustancia que perjudique lo anteriormente descrito.

Las mujeres en estado de gestación no podrán realizar la actividad.

Por otra parte, los requisitos mínimos son:

- Tener movilidad normal.
- No tener fobia a la altura.
- Edad mínima en función de la capacidad del adulto.
- Tener conocimientos del medio.

La vía ferrata es una actividad no guiada, por lo que su dirección y coordinación es responsabilidad del Cliente-Guía, estando estos provistos de la titulación adecuada. Canoa Aventura propone varias salidas en función de las necesidades del cliente, siendo programado con anterioridad.

Asimismo, al ser una actividad desarrollada en el medio natural, su realización depende de las condiciones climáticas, por lo que su práctica conlleva el seguimiento de los partes meteorológicos durante su desarrollo y con anterioridad.

La empresa se reserva el derecho de suspender o derivar a otra ferrata de similares características si por motivos de seguridad fuese necesario.

La revisión y el mantenimiento del material y accesorios será tarea del personal de la empresa, utilizando para ello las fichas específicas para su registro.

Para la limpieza de material utilizado, se seguirá el protocolo correspondiente, incluyendo los productos específicos para una correcta higiene (antibacterianos, jabones etc.).

En cuanto al material a aportar por el cliente, será el siguiente:

- Botas o zapatillas que aseguren los pies.
- Bañador.

- Toalla.
- Ropa de repuesto.

8-ANALISIS DE RIESGOS.

- **Climatología y tormentas:** debido a climatologías adversas, a valorar las precipitaciones escesivas. Con tormenta se cancelará las actividades. Considerar también que tanto la lluvia como el viento, pueden ser determinantes en un posible derrumbe o movimiento de tierra.
- **Caídas por desplome o derrumbamiento:** se vigilarán las zonas de mayor exposición, como árboles, piedra suelta, pasillos verticales...
- **Caídas de personas al mismo nivel:** resbalones, torceduras..., al ser zonas húmedas puede haber vegetación o materiales que puedan provocar estos accidentes.
- **Caídas de personas a diferente nivel:** al emplear medios y técnicas inadecuadas para acceder a las zonas de distinta altura.
- **Accidentes causados por seres vivos:** picaduras de insectos, víboras, garrapatas etc.
- **Quemaduras, hipotermia y golpe de calor:** la climatología influye en la temperatura del agua, así como la afluencia excesiva de personas en la misma vía ferrata.
- **Manipulación manual de cargas y sobreesfuerzos:** carga y descarga del material para el descenso. Lesiones musculares y roturas, al adoptar posturas forzadas o por la incorrecta utilización de los medios técnicos.
- **Accidentes “in itinere”:** al no respetar las normas de circulación o por posibles accidentes provocados por otros usuarios.

9-MEDIDAS DE PREVENCIÓN.

Se establece un decálogo de actuación en el que se define por escrito las particularidades de la actividad, los requisitos mínimos y unas medidas de seguridad básicas.

El deber de información tanto de la empresa al cliente como del cliente a la empresa, se hará por escrito siempre que sea posible, teniendo claro ambos, la información necesaria para establecer un mínimo de seguridad.

Los requisitos de los clientes se definirán en la ficha propia de la vía ferrata a desarrollar que contiene información específica (riesgo, duración, edad mínima, máximo y mínimo de participante etc.).

El personal de la empresa serán los encargados tanto de la revisión, como del mantenimiento del material, siendo este certificado y homologado por la CEE.

3.15 CLIMATOLOGÍA Y TORMENTAS.

- Se tendrá en cuenta las previsiones meteorológicas, revisando los partes diariamente. En caso de tormenta local, se observará el cielo, los vientos y la presión
 - atmosférica, siendo una referencia disuasoria para evaluar el riesgo.
- Si notamos un cosquilleo en la piel o si los objetos metálicos emiten un extraño zumbido, es debido a que se están desplazando las cargas eléctricas que producen las tormentas, se valorará el riesgo y se actuará en consecuencia.

- Ante posibles tormentas eléctricas o de granizo, se abandonará la Vía ferrata a la mayor brevedad, para así proceder a la evacuación de los participantes. En caso de una tormenta eléctrica repentina, la evacuación sería inmediata por la primera salida. Una vez fuera de la Vía ferrata, nos desprenderemos de los elementos metálicos, nos reagruparemos en una zona abierta y segura, y adoptaremos la posición fetal en cuclillas.
- Se tendrá en cuenta la cuenca de recepción, haciendo referencia al drenaje o los posibles movimientos de tierra que pueda provocar (caliza, cuarcita etc.), así como los elementos vegetales derivados de la naturaleza de la zona.

3.16 CAÍDAS POR DESPLOME O DERRUMBAMIENTO.

- En función de la cuenca de recepción (caliza, granito, cuarcita...) y la climatología se vigilarán posibles movimientos en la Vía (piedras, troncos etc.).
- Para una correcta protección, el equipamiento debe estar bien ajustado, siendo el Cliente-guía el encargado de definir el recorrido a seguir. De tal forma que los participantes no puedan abandonarlo ni salirse sin causa justificada.
- El casco es obligatorio durante toda la actividad.

3.17 CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL.

- Ante posibles caídas o resbalones, se bajará el centro de gravedad, flexionando las rodillas, apoyándonos con las manos para así poder progresar con mayor seguridad.
- Se vigilará el calzado de los clientes, observando suelas y sujeciones.
- Nos anticiparemos y señalaremos las zonas que se prevén más susceptibles de resbalones (zonas con musgos, barro etc.).
- Habrá un orden dentro del posicionamiento del grupo, siendo éste valorado por el Cliente-Guía en función de la capacidad técnica y física de los participantes.
- Durante los descansos, antes, durante y después de algún paso con dificultad, la reagrupación se hará en zonas establecidas previamente por el cliente-guia, valorando la superficie, y en definitiva la seguridad.

3.18 CAÍDAS DE PERSONAS A DISTINTO NIVEL.

- Lo descrito en el párrafo anterior será valorado para éste.
- La cuerda, las instalaciones y el material técnico se revisará en cada momento de uso, al igual que la colocación de éste por los participantes.
- Durante los desplomes, Puentes o tirolinas, la posición que se debe adoptar se indicará previamente por el Cliente-Guía, que deberá observar en todo momento, en caso de no tener contacto visual, se valorará el auditivo.
- Los desplomes, Puentes o tirolinas, se realizarán cuando el Cliente-Guía crea conveniente y a la altura que él estime oportuna.

3.19 ACCIDENTES CAUSADOS POR SERES VIVOS.

- Evitar en la medida de lo posible, las zonas conocidas por la presencia de avispa, garrapatas, víboras etc.
- Aplicar repelentes y examinarse después de la actividad, duchándose y frotándose con agua y jabón, revisando las partes íntimas.
- En el deber de información de los participantes, nos indicarán posibles alergias para los casos anteriormente descritos.
- Aunque durante el recorrido en las Vías Ferratas se evitará pisar y tocar zonas aledañas de vegetación, procurando caminar por el sendero establecido. Todo esto se recordará en la charla previa al desarrollo de la actividad.

3.20 QUEMADURAS, HIPOTERMIA Y GOLPES DE CALOR.

- Un buen mantenimiento y una buena adaptación al traje hacen que la conservación térmica y la protección contra rozaduras sea más adecuada.
- Protegerse al máximo del viento y la pérdida de temperatura.
- Los tiempos de espera en la vía ferrata han de reducirse en la medida de lo posible, siendo un factor que influye directamente en el aumento de calor o frío por parte de los participantes.
- El golpe de calor es la consecuencia más grave derivada de una excesiva actividad física o exposición al sol, su previsión estará enfocada a evitar un aumento de la temperatura corporal.
- Los acercamientos se realizarán ya totalmente equipados.

3.21 MANIPULACION MANUAL DE CARGAS Y SOBRESFUERZOS.

- Lesiones musculares y roturas: se utilizarán zapatillas o botas que se ajusten bien al pie.
- Antes de realizar movimientos bruscos o de mucho esfuerzo físico realizaremos los oportunos ejercicios de calentamiento y estiramiento.
- Se adoptarán medidas técnicas u organizativas para evitar la manipulación manual de cargas.
- El peso máximo de los materiales a manipular manualmente de forma continua y en condiciones ideales, será de 25 Kg. Estas condiciones nos tienen que permitir, ya sea con espacio suficiente, fácil sujeción de la carga y un levantamiento seguro y sin esfuerzos. En caso contrario se manipularán entre más de una persona. Los diferentes pasos que hemos de seguir siempre para levantar una carga, son los siguientes:
 - 1 Fijar firmemente los pies.

- 9 Situar un pie más adelantado que otro.
- 10 Aproximarse la carga lo máximo posible.
- 11 Doblar siempre las piernas.
- 12 Nunca arquear el tronco.
- 13 Asegurar bien el agarre.
- 14 Repartir el esfuerzo entre las piernas y los brazos.
- 15 No girar el tronco ni mover los pies.

- Se utilizarán equipos de protección individual cuando sean necesarios.

3.22 ACCIDENTES “IN ITINERE”.

- Circularémos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico.
- Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente.
- Realizar reciclajes periódicos de formación a través de monografías sobre seguridad vial escritas.
- Periódicamente se revisarán entre otras cosas el correcto estado de los elementos de seguridad de los vehículos (frenos, cubiertas, niveles etc.).
- Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos.
- Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebra...en definitiva en los lugares en los que sea necesario.
- Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc.
- Está completamente prohibido fumar dentro del vehículo.
- Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse los cinturones de seguridad y circular en todo momento con ellos abrochados.

10- DECALOGO DE ACTUACIÓN.

El Cliente-guía tiene la obligación de preparar y conducir la actividad, proporcionando a los clientes el material necesario, en buenas condiciones de uso y limpieza. Sus labores están divididas en tres fases.

4.8 Preparación de la actividad

4.9 Desarrollo de la misma

4.10 Después de la actividad: limpieza, revisión y ordenación.

4.11 Entregar a la empresa para su guardado.

4.7 PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD.

Lo primero es establecer una valoración de las condiciones climáticas que se prevén (vientos, cielo, presión etc.).

Después se planteará la hoja de ruta con el coordinador de la actividad, con información precisa del número de personas y en general aspectos relativos a la seguridad.

La preparación se realiza tomando como referencia la ficha descriptiva de la ferrata a realizar.

Se mantendrá siempre el mismo orden para prepararlo:

3.23 Material para los clientes: arneses con disipador y cascos.

3.24 Material para los Clientes-Guías: arnes con disipador, casco, mochila con material técnico, polea si fuese necesario.

4.8 DESARROLLO DE LA MISMA

Esta fase comienza con la llegada de los clientes al punto de encuentro y finaliza con el regreso a la misma.

- Se realizará una acogida cordial y amistosa. Nos comunicaremos con una sonrisa. Buenos días/tardes.
- Se les solicitará el bono.
- Se explicará el desarrollo de la actividad: punto de destino, dificultad, horarios etc.
- En todo momento se mantendrá ese espacio imaginario de respeto y complicidad con el cliente, sin llegar a invadir su intimidad.
- Se llamará al cliente por su nombre (siempre que sea posible).
- El cliente cogerá de forma ordenada un casco y arnes de su talla, asegurándose de la correcta colocación de los mismos.
- Asimismo, les aconsejaremos realizar sus necesidades fisiológicas antes iniciar la aventura.
- Se recomendará llevar el pelo recogido, así como no llevar durante el recorrido pulseras, reloj, collares, anillo etc. Una vez ajustado y revisado el material por los clientes procederemos a efectuar la aproximación a la ferrata.
- Recorrido en la ferrata: antes de dar inicio comenzará la charla, referida al lugar en el que nos encontramos. Particularidades del entorno, dificultades que se van a encontrar en él, así como un puente, tirolina o desplome.
- Nos situaremos en semicírculo y procederemos a la charla.
- Dentro de la ferrata, en los puntos de dificultad, habrá un orden establecido por el Cliente-Guía, donde los participantes esperarán su turno de paso.
- El Cliente-Guía o en su defecto cada cliente comprobará continuamente el correcto ajuste del equipamiento.
- Dejaremos bien clara la posición adecuada para la progresión:
 6. Los dos mosquetones del disipador en la línea de vida.
 7. Las dos manos en los peldaños o en la roca si fuese necesario.
 8. Pasar el brazo por debajo de las bagas para que los mosquetones progresen a nuestra altura.
 9. Hacer los cambios de tramo de un mosquetos en uno y solo con una mano.
 10. La mano libre es para agarrarse y solo para ello.
- Técnica para los puentes:
 3. Pasar de uno en uno o de dos en dos si el miedo es evidente.
 4. La persona que más miedo tiene en segundo lugar.
- Técnica para la tirolina:
 4. .Instalar la polea con la cuerda de retorno.
 5. Anclarse a la polea con la viga de descanso.
 6. No agarrar la polea. Agarrar el mosquetón que os une a ella para no girarse. Hay que llegar de cara (no girados).
- Progresión en la ferrata.
 11. Utilizaremos el mismo orden si es posible, procurando que los más hábiles vayan abriendo y cerrando el grupo, siendo la parte intermedia la destinada para los menos experimentados.
 12. En el caso de que la actividad fuese dirigida por un único Cliente-Guía, intentaremos asignar algún elemento identificativo a la persona que va cerrando el grupo.

13. Incidir en la responsabilidad del Cliente-Guía, en cuanto a la seguridad. Maniobras de exhibición o actuaciones de riesgo innecesarias tanto por su parte como por la de los clientes, pueden ser motivo de responsabilidad penal.
14. Durante el recorrido, además de la técnica, vigilemos el comportamiento y las aptitudes, transmitiendo motivación e interpretando el paisaje que nos rodea.
15. Para evitar situaciones de pánico, intentaremos explicar los medios de seguridad al cliente, intentando mostrar complicidad y paciencia.
16. En los toboganes y saltos indicaremos la zona de recepción, así como la de inicio del salto.
17. En caso de caída de algún elemento de seguridad (ocho, mosquetón...), se retirará siendo sustituido por otro.
18. Señalaremos los pasos de dificultad (zonas resbaladizas, sifones, pasos estrechos etc.), intentando que la información llegue a todos los practicantes.
19. Realizaremos advertencias de protección al medio, no dejaremos restos de ningún tipo, intentaremos seguir la pisada del Cliente-Guía.
11. Los Clientes-Guías tienen que abrir y cerrar el grupo hasta la llegada al vehículo.

• Metodología Técnica:

1. A parte de la revisión de los accesorios de los clientes, el Cliente-Guía tiene la obligación de comprobar las instalaciones fijas, así como las partes desechables que ésta llevan.
2. En la instalación para iniciar la progresión se deben tener los dos mosquetones del disipador en la línea de vida. Se deberá mantener así siempre para evitar incidentes en el desarrollo del mismo.
3. Para la realización de una tirolina:
 - ✓ El Cliente-Guía tiene que anclar una cuerda a un punto fijo o cabecera.
 - ✓ A continuación, se le coloca la polea en el otro extremo de la cuerda.
 - ✓ Esta cuerda sirve de freno y de retorno de la polea.
 - ✓ Los clientes deben anclarse a la polea con la бага de descanso. Las manos irán en el mosquetón que nos uns a la polea.
 - ✓ Tener en cuenta que se debe llegar de cara (no girados).
 - ✓ Lanzarse con decisión y prestar atención a la recepción.
 - ✓ Habrá contacto visual o auditivo.

• Recogida del material y traslado de regreso:

2. Al llegar al vehículo, indicaremos cómo y dónde se pueden quitar el material:
 - ✓ Lo primero será dejar el casco en las cajas destinadas para ello.
 - ✓ Los arneses se aflojarán procurando que no rocen contra el suelo, colocándolos y su sitio.

- Llegada al punto de origen.
Una vez en el punto de encuentro, se les pregunta sobre el grado de satisfacción de la actividad.
- El material utilizado, se descargará en la nave o zona de limpieza y mantenimiento.

4.9 LIMPIEZA, REVISIÓN Y ORDENACIÓN.

- Una vez en la zona de mantenimiento, descargaremos el material por el siguiente orden:
 - Cascos, cuerda y arneses. Se revisarán, limpiarán y secarán. Se revisará que estén en perfecto estado.
 - Se revisarán mosquetones, gatillos que abren y cierran, y las roscas que deslicen.
 - Se revisará el botiquín, y si se ha utilizado se repondrá lo que corresponda.

7. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE.

Ante un accidente se elabora un esquema de actuación con las siguientes pautas:

- Protegeremos al herido manteniendo la calma. Evaluaremos la situación, intentando minimizar situaciones de histeria, guiando a un sitio establecido como seguro al grupo.
- En caso de que fuera una lesión leve se advertirá al técnico responsable y se evaluará la cercanía del próximo escape para proceder a la evacuación aplicando primeros auxilios en caso necesario.
- Si fuera grave, nos pondríamos en contacto con el 112, informando detalladamente sobre: descripción de lo ocurrido, localización más exacta posible, número de accidentados, posible punto de encuentro con los servicios de emergencia, condiciones meteorológicas presentes en la zona, número de teléfonos de contacto.
- Procederíamos una vez avisados los servicios de emergencias a socorrer al accidentado:
 5. - En caso de lesión de gravedad, se situará al herido en posición lateral de seguridad, tapándolo con una manta térmica y evitando que pierda calor hasta que lleguen los equipos de emergencia.
 6. En el caso de que esté inconsciente se mirará respiración y pulso. Si carece de respiración se procederá a efectuar respiración artificial, asegurándonos que tiene despejadas las vías respiratorias. En consecuencia, ante la pérdida de pulso se realizará masaje cardíaco. Si carece de ambas comenzaremos la RCP (reanimación cardio-pulmonar)
- El rescate y evacuación estará coordinada por el técnico responsable siempre bajo las órdenes y la colaboración con los servicios competentes.
- Una vez finalizado el rescate y la evacuación, nos pondremos en contacto con la empresa aseguradora para informar del siniestro.
- El informe se hará por escrito, dejando constancia de todo lo acaecido, indicando los datos del accidentado (nombre, apellidos, DNI, lesión, actividad, zona, fecha etc.).
- El personal técnico y la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciase que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido.

**FICHA PÚBLICA DE VIA FERRATA LA HERMIDA,
EL MILAR, LA ESCALERA AL CIELO Y LOS
LLANOS.**

Actividad	Servicio	Tipo de servicio	
Via ferrata	La Hermida El Milar El Milar+Escalera al cielo Los Llanos	No Guiado – Libre	
Descripción			
Actividad Vía Ferrata. Vía ferrata la Hermida, situado en el área del concejo de Peñarrubia. Vía ferrata El Milar, situado en el área del concejo de Peñarrubia Vía ferrata La Escalera al Cilelo + el Milar, situado en el área del concejo de Peñarrubia. Vía ferrata Los Llanos, situado en el área del concejo de Camaleño			
Edad mínima	Duración aproximada	Nivel de dificultad	
No hay edad minima. Recomendamos 12 años y menores con adultos	1´15” horas 2´30” horas 4 horas	K3. Medio	
Lugar de desarrollo	Punto de encuentro		
Las Hermida y Camaleño	Parking los llanos Ambulatorio la Hermida.		
Nº mínimo y máximo	Ratio clientes-monitor		
Mínimo 1/Máximo consultar	1 Cliente-Guía por cada 8 pax		
Materiales y equipamiento que incluye	Equipamiento personal		
Cascos, arneses, disipador, бага de descanso, bolsa material técnico...	Ropa cómoda, Botas o deportivas, mochila y agua.		
Capacidades personales	Temporada		
Movilidad normal, no fobia altura, no apto embarazadas. Conocimiento del medio	Todo el año		
Condiciones de reserva y pagos			
Pago previo y confirmación con ticket.			
Instalaciones			
Disponemos de varias oficinas con vestuarios y alojamientos como origen. Una nave de almacenamiento, limpieza y revisión y varios vehículos para el transporte.			
Seguros			
Responsabilidad civil, nº de póliza: llx2025000114 Accidentes, nº de póliza: 20250420360442			
Tarifa. Consultar descuentos			
Menores de 18 años		Mayores de 18 años	
De 1 a 7 pax	70€	De 1 a 7 pax	70€
De 8 a 15 pax		De 8 a 15 pax	
De 16 a 24 pax		De 16 a 24 pax	
Más de 24 pax		Más de 24 pax	

FICHA PÚBLICA DE VIA FERRATA**LA HERMIDA, EL MILAR, LA ESCALERA AL CIELO Y LOS LLANOS**

Actividad	Servicio	Tipo de Servicio
VÍA FERRATA	La Hermida El Milar La Escalera al Cielo Los Llanos.	No Guiado Libre.
Destinatarios	Cualquier persona que tenga movilidad normal, no padezca fobias, no tenga patologías físicas o psíquicas, no embarazadas, edad en función de nivel. Conocimientos del medio.	
Requisitos Legales	Autorización del organismo competente (Consejería de Turismo)	
Personal	Primeros auxilios.	
Plan de seguridad preventive		
Material del Seguridad	Botiquín. Teléfono, silbato, navaja, cascos, arneses, material técnico, mochila, ropacómoda, calzado adecuado.	
Factores previos a la seguridad	Control del parte meteorológico: cielo, vientos, presión, nivel de agua ... Cerciorarse de las condiciones requeridas. Códigos entre Clientes-Guías: 6. Recoger cuerda: mover dedo índice hacia arriba. 7. Dar cuerda: mover dedo índice hacia arriba. 8. Todo OK: tocarse el casco. 9. Reagrupación: brazo derecho en vertical. 10. Silbato: un pitido continuar, dos pitidos parar y tres pitidos incidencia.	
Factores in situ de seguridad	Entregar el material fuera de la carretera, en una zona limpia y cómoda. Comprobar los elementos de protección y seguridad. Todos los equipos serán revisados in situ. Observar las condiciones meteorológicas (viento, nivel de agua, nubosidad etc.). La altura adecuada será la que el Cliente-Guía indique, por lo que es responsabilidad suya definirla.	
Botiquín	Guantes desechables de látex y plástico, bolsas para echar material desechable, gasas y vendas, suero fisiológico, tijera inoxidable, pinza depilar, azúcar, esparadrapo, , manta térmica, , betadine o similar.	
Plan de Actuación en caso de Accidente	Mirar Protocolo general.	
Explicación a clients		
Seguimos las instrucciones del manual de recepción de clientes. Cuando estemos en la zona de la actividad, situaremos al grupo en semicírculo, para que el Guía comience con la explicación: Breve explicación de la zona con particularidades del entorno (cuenca, tipos de roca, vegetación, fauna etc.), así como los datos técnicos de la Ferrata (altura, duración, temperatura, nivel, perspectiva de tiempo etc.).		

Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos, no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso del Cliente-Guía, respetar a otros usuarios etc.).
Transporte del Material
- Circularemos en todo momento respetando las leyes y señales de tráfico. - Los objetos que estén en el vehículo han de estar anclados ante una posible frenada o accidente. - Mantener la distancia adecuada con el resto de vehículos. - Reducir la velocidad en los cruces, curvas con poca visibilidad, pasos de cebra...en definitiva en los lugares en los que sea necesario. - Evitar distracciones tales como leer, comer, usar cascos etc. - Está completamente prohibido fumar dentro del vehículo. - Será obligatorio al subir al vehículo abrocharse los cinturones de seguridad y circular en todo momento con ellos abrochados.
Recogida de Materiales
- Al llegar al vehículo, indicaremos como y dónde se pueden quitar el material. - Lo primero será dejar el casco en las cajas destinadas para ello. - Los arneses se aflojarán procurando que no rocen contra el suelo, colocándolos y su sitio. - Se les entregará una hoja de sugerencias y satisfacción de la actividad.
Capacidad máxima para el servicio y materiales disponibles en la empresa
Material técnico para 30 pax.
Cuidado de bienes de los clients
En los vehículos se dejará los objetos de valor siempre ocultos para evitar posibles robos.
Satisfacción de clientes y control del servicio
Se ofrecerá a todos los clientes que rellenen la ficha de satisfacción, así como la ficha de incidencias y de registro de material.
Política de cancelación del servicio
Para confirmar una reserva, el cliente deberá abonar al menos el 25% del importe total. La cantidad restante se abonará en la base, antes del comienzo de la actividad. En los programas y/o actividades que por sus características especiales conlleven la necesidad de modificar estos porcentajes se hará constar expresamente en sus condiciones particulares. -El cliente podrá desistir de los servicios solicitados o contratados, teniendo derecho a la devolución de las cantidades abonadas, pero deberá indemnizar Canoa Aventura en las cuantías que a continuación se indican: - Abonará los gastos de gestión, los de anulación si los hubiere, y una penalización consistente en el 5% del importe total de la reserva, si el desistimiento se produce con más de 10 y menos de 15 días de antelación a la fecha de comienzo del programa; el 15% entre los días tres y diez, y el 25% dentro de las cuarenta y ocho horas anteriores a la salida. - La no presentación en la fecha y hora indicada por Canoa Aventura, implicará la obligación por parte del cliente del pago del importe total de la reserva. -En caso de que Canoa Aventura cancele la actividad por motivos climáticos o propios,

devolverá el importe íntegro, siendo esta anulación al menos el día anterior a la actividad. •El personal técnico y la empresa, podrán suspender la actividad incluso una vez empezada si las condiciones para la realización de la misma se alteran de su normalidad y apreciase que la seguridad de los participantes corriese un peligro añadido. El cliente, no tendrá en este caso derecho a devolución del importe pagado. Desde la confirmación de la reserva, el cliente asumirá de modo expreso la totalidad de las presentes Condiciones Generales. En el caso de que una persona inscriba a otra/s, asume en su/s nombre/s todas y cada una de estas Condiciones Generales.
<i>Servicios incluidos</i>
Vestuarios, material técnico y de seguridad, seguros responsabilidad civil y accidentes, IVA.
<i>Servicios no incluidos</i>
Calzado propio, mochila, agua y todo lo no especificado.
<i>Servicios opcionales</i>
Alojamiento en la zona, posibilidad de picnic, consultar.
<i>Criterios ambientales</i>
Al ser un medio natural se hará mención de aspectos relativos a protección del mismo (no dejar restos, no gritar, no mover las piedras, no salirnos del paso del Cliente-Guía, respetar a otros usuarios etc.).
<i>Seguridad en el servicio</i>
Hacer caso en todo momento a las instrucciones que marquen los Clientes-Guías. Calzado adecuado.
<i>Reclamaciones, quejas y encuestas de satisfacción</i>
Se dispone de hojas de reclamación oficiales y formularios para quejas o sugerencias.
<i>Condiciones Generales de los Servicios</i>

INSTRUCCIONES VIA FERRATA DE LA HERMIDA

Equipo y Manejo

En nuestro arnés llevamos 2 mosquetones, 1 dissipador de energía y una bota de descanso.

- Para progresar, usamos los dos mosquetones de la cuerda azul o cuerda morada, que son los que se anclan a la línea de vida.
- Técnica de cambio: Debemos tener una mano apoyada en un punto fijo (un peldaño o la roca) y con la otra realizamos los cambios de mosquetones en los fraccionamientos del cable.

¡LO QUE NO SE DEBE HACER!

1. Pasar el brazo por dentro del cable o anclaje.
2. Agarrar mal el peldaño o las grapas.
3. Manipular los dos mosquetones con las dos manos a la vez.
4. No existe distancia de seguridad: Debemos ir lo más juntos posible, ya que cuanto menor sea la distancia entre nosotros, menor será el impacto en caso de accidente.

Zona de Rocas (Segundo Tramo)



En esta zona pueden caer piedras desde arriba. En caso de que caiga una, hay que gritar "¡PIEDRA!" con fuerza para avisar a los que vienen detrás.

- Protocolo de caída: Pegar el cuerpo lo más posible a la roca.
- Muy importante: ¡No miréis hacia arriba para comprobarlo! Mantened la cabeza protegida.

Puente Tibetano (35 metros):

• Si llevas CUERDA MORADA:

1. Anclamos ambos mosquetones al pasamanos derecho.
2. Anclamos el mosquetón de la cuerda rosa a la línea superior.
3. Al llegar al final: Primero enganchamos los mosquetones morados a la línea de vida y, después, enganchamos el rosa de nuevo en el arnés.



• Si llevas CUERDA AZUL:

1.  Anclamos los dos mosquetones al prolongador que está colocado en la línea de vida.
2. Al llegar al final: Retiramos primero los mosquetones de cuerda azul, los colocamos en la línea de vida para progresar y, después, enganchamos el prolongador en el arnés.

Al llegar al final del puente el pasamanos de la mano izquierda se acaba tenemos que agarrarnos con las dos manos en la línea de vida sin soltar los mosquetones del cable/línea de vida hasta que lleguemos al final y enganchemos los cables

Puente de Madera (95 metros):

• Si llevas CUERDA AZUL:

1. Anclamos los dos mosquetones al prolongador que está colocado en la línea de vida.



2. Al llegar al final: Retiramos primero los mosquetones de la cuerda azul, los colocamos en la línea de vida para progresar y, después, enganchamos el prolongador en el arnés.

• Si llevas CUERDA MORADOS:

1. Sujetamos los mosquetones morados al pasamanos del puente.
2. Anclamos nuestra cuerda rosa a la línea superior y entonces retiramos los morados para guardarlos en el arnés.
3. Al llegar al final del puente:



4. Anclamos los mosquetones morados al cable de vida, retiramos el rosa de la línea superior, lo guardamos en el arnés y seguimos subiendo.

El Regreso

- Descenso por pared de roca: Nos sujetamos desde atrás, con las manos al frente agarrando el cable. Se recomienda ir una sola persona por tramo.
- Descenso con línea de vida: Aproximadamente 10 minutos.
- Descenso sin línea de vida: 1 hora de caminata hasta llegar al punto de encuentro inicial.

INSTRUCCIONES MILAR+ ESCALERA AL CIELO

Equipo y Manejo



En nuestro arnés llevamos 2 mosquetones, 1 dissipador de energía y una bolsa de descanso.

- Para progresar, usamos los dos mosquetones de la cuerda azul o cuerda morada, que son los que se anclan a la línea de vida.
- Técnica de cambio: Debemos tener una mano apoyada en un punto fijo (un peldaño o la roca) y con la otra realizamos los cambios de mosquetones en los fraccionamientos del cable.

¡LO QUE NO SE DEBE HACER!

1. Pasar el brazo por dentro del cable o anclaje.
2. Agarrar mal el peldaño o las grapas.
3. Manipular los dos mosquetones con las dos manos a la vez.
4. No existe distancia de seguridad: Debemos ir lo más juntos posible, ya que cuanto menor sea la distancia entre nosotros, menor será el impacto en caso de accidente.

VIA FERRATA EL MILAR

1. Inicio y Ascenso Vertical

Tras cruzar el río por el puente, la vía comienza con una placa vertical de unos 20 metros. Es un tramo físico que requiere tirar un poco de brazos.

2. El Flanqueo Horizontal

Una vez superada la vertical inicial, la vía se vuelve horizontal, flanqueando la roca hacia la derecha. Es un tramo muy aéreo y fotogénico donde caminarás sobre grapas con el río bajo tus pies.

3. Ejecución de la Tirolina (Punto Crítico)

Llegarás a una plataforma donde se encuentra la instalación de la tirolina. No es obligatoria, ya que puedes continuar por la roca si no llevas polea, pero si decides hacerla, sigue estos pasos:

1. Posicionamiento: Ancla tu бага de descanso (cabo corto) a la cadena de la plataforma para estar seguro mientras manipulas el equipo.

2. Colocación de la Polea: Coloca la polea específica para cable sobre el cable de acero superior.

3. Anclaje de Seguridad: Conecta los dos mosquetones de tu dissipador a la polea (o al mosquetón de la polea, según el modelo) Los mosquetones deben mirar en direcciones opuestas.

4. Cabo de Respaldo: Es recomendable pasar un tercer mosquetón desde tu arnés directamente al cable de vida (si lo hay en paralelo por si la polea fallara, aunque los dissipadores suelen ser suficientes.

5. El Lanzamiento: Siéntate en el arnés para cargar el peso en la polea, suéltate de la бага de descanso y empujate. Mantén las manos alejadas del cable por delante de la polea para evitar pellizcos o cortes; agárrate a las cintas de tu dissipador.

6. Frenado: La tirolina tiene una ligera contrapendiente al final para frenarte. Si no llegas al final por falta de peso, tendrás que darte la vuelta y avanzar "a pulso" tirando del cable con las manos.



⚠ Checklist de Seguridad para la Tirolina

Importante: No intentes hacer la tirolina solo con los mosquetones del dissipador (sin polea). El roce del metal contra el cable de acero frenará en seco y podrías quedar atrapado a mitad del recorrido o dañar tu equipo.

LA VIA LA FAMOSA ESCALERA AL CIELO

Equipo y Manejo

En nuestro arnés llevamos 2 mosquetones, 1 dissipador de energía y una бага de descanso.



- Para progresar, usamos los dos mosquetones de la cuerda azul o cuerda morada, que son los que se anclan a la línea de vida.
- Técnica de cambio: Debemos tener una mano apoyada en un punto fijo (un peldaño o la roca) y con la otra realizamos los cambios de mosquetones en los fraccionamientos del cable

¡LO QUE NO SE DEBE HACER!

1. Pasar el brazo por dentro del cable o anclaje.
2. Agarrar mal el peldaño o las grapas.
3. Manipular los dos mosquetones con las dos manos a la vez.
4. No existe distancia de seguridad: Debemos ir lo más juntos posible, ya que cuanto menor sea la distancia entre nosotros, menor será el impacto en caso accidente.



de

- ✓ La escalera al cielo se compone de un puente con 1 pasamanos y 1 cable para los pies. Y una escalera de 50 metros verticales

Es una estructura de cables y peldaños metálicos que asciende en vertical.

- Sube con calma, ya que la escalera tiende a balancearse.
- Mantén siempre los mosquetones del dissipador en el cable de seguridad lateral.
- Continúa anclado a la línea de vía hasta que se acabe para iniciar el camino de retorno.

El Retorno

Al finalizar la escalera, sigue el sendero marcado con pintura y pequeños muros de piedra (hitos). Es un descenso empinado que te llevará de vuelta al aparcamiento en unos 20-30 minutos.

INSTRUCCIONES LOS LLANOS

Equipo y Manejo

En nuestro arnés llevamos 2 mosquetones, 1 dissipador de energía y una bolsa de descanso.

- Para progresar, usamos los dos mosquetones de la cuerda azul o cuerda morada, que son los que se anclan a la línea de vida.
- Técnica de cambio: Debemos tener una mano apoyada en un punto fijo (un peldaño o la roca) y con la otra realizamos los cambios de mosquetones en los fraccionamientos del cable.

¡LO QUE NO SE DEBE HACER!

1. Pasar el brazo por dentro del cable o anclaje.
2. Agarrar mal el peldaño o las grapas.



3. Manipular los dos mosquetones con las dos manos a la vez.
4. No existe distancia de seguridad: Debemos ir lo más juntos posible, ya que cuanto menor sea la distancia entre nosotros, menor será el impacto en caso de accidente.

COMO DEBEMOS PASAR EL PUENTE

1. Anclamos los dos mosquetones al cable superior que es la línea de vida.
2. Al llegar al final: Retiramos primero los mosquetones uno a uno y los colocamos en la línea de vida para progresar.

INICIO VIA FERRATA LOS LLANOS

1. El Inicio: Contacto con la verticalidad

El primer tramo sirve para calentar, pero no te confíes. Comienza con una subida vertical equipada con grapas que te saca rápidamente del suelo.

- Sensación: Aquí empiezas a notar que la pared es muy limpia.
- Final del tramo: Llegas a una pequeña repisa donde puedes reagruparte antes de lo que viene.

2. El Nudo Central: El Gran Puente Tibetano

Este es el "plato fuerte" y el que genera más adrenalina. Tras avanzar de forma lateral por una vira muy aérea, llegarás al famoso puente.

- El Puente: Es un puente tibetano de unos 15 metros de longitud. Lo que lo hace especial no es solo el largo, sino el patio brutal que tienes bajo los pies.
- Consejo: Camina con pasos cortos y decididos. Si hace viento, la oscilación le añade un toque de emoción extra. Al terminar el puente, hay un paso algo desplomado para salir de él que requiere un poco de fuerza de brazos.



de

3. La Salida: El muro final

Antes de superar el puente, tienes tres opciones para terminar la vía:

- Variante Fácil: Sigue por una zona más tendida y escalonada hasta la cumbre. K3
- Variante Media: Seguir el puente es nuestra opción más recomendada. K4
- Variante Difícil (El Desplome): Si te quedan fuerzas, puedes ir por la derecha. Es un muro muy vertical con un ligero desplome que pondrá a prueba tus antebrazos antes de alcanzar el final. Dificultad K5

⚠ Recomendaciones de Seguridad

1. El Puente: Máximo dos personas en el puente, con una separación de 20 metros.
2. Paso de Mosquetones: Al ser tan aérea, asegúrate de que siempre tienes al menos un brazo del disipador anclado mientras haces el cambio a La línea de vida superior.
3. Descenso: El camino de bajada está señalizado con hitos y marcas. Es un sendero empinado que baja por sendero de rocas y arboles; ten cuidado si el suelo está húmedo, ya que las hojas pueden resbalar.

Es una vía espectacular para disfrutar de las vistas del Macizo Oriental de los Picos de Europa.

CONDICIONES CONTRACTUALES:

El cliente declara y asume que las actividades contratadas se sujetan a las siguientes normas y acuerdos:

El cliente declara estar en condiciones físicas normales y que sus antecedentes médicos no mermam sus facultades para realizar la actividad con la suficiente destreza. El cliente declara no estar bajo los efectos de alcohol, drogas ni medicamentos que limiten o alteren sus facultades.

En caso de embarazo el propio cliente será el que mida si la actividad representa un riesgo para sí misma y/o para el feto por el hecho de estar embarazada, descartando realizar la actividad si existen dudas.

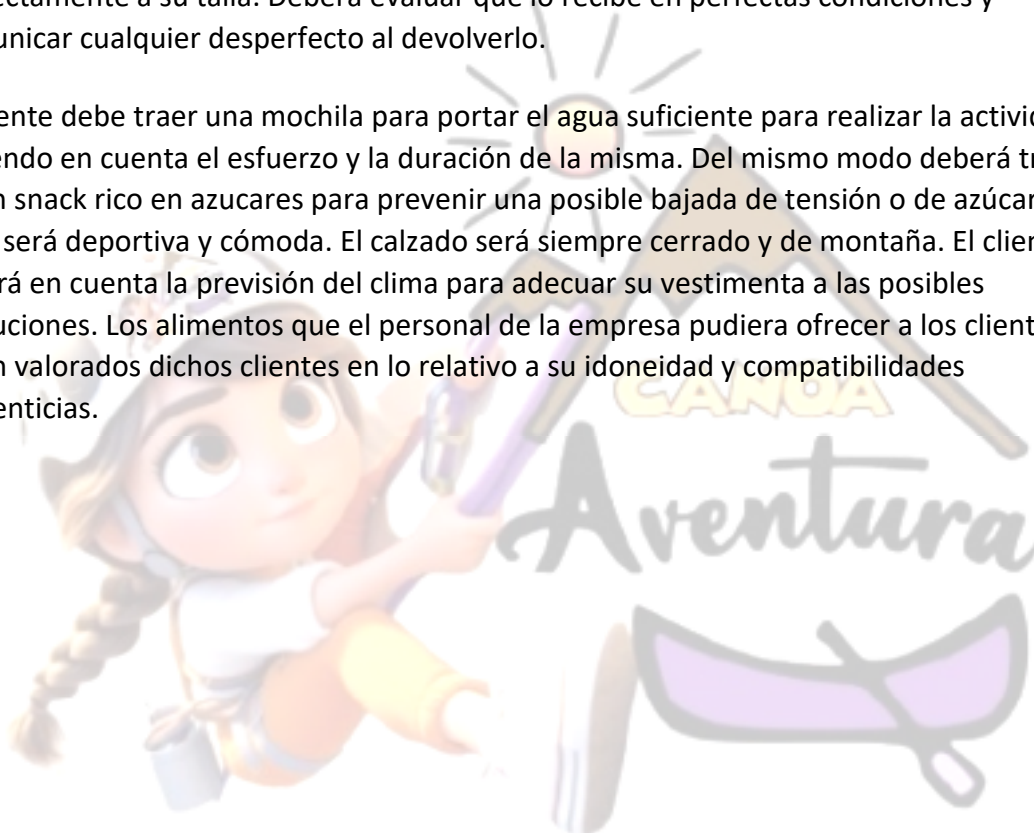
El cliente conoce, valora y asume los riesgos que la actividad conlleva ante un posible accidente; siendo él mismo el que se ve capacitado para superar todas las posibles dificultades derivadas de la práctica de la actividad.

Los menores de edad deberán ir acompañados de un adulto que se responsabiliza de que el menor cuenta con las autorizaciones de sus tutores para la realización expresa de la actividad. Este adulto también será el responsable del comportamiento del menor y de que siga las instrucciones relativas al desarrollo correcto de la actividad. Este adulto se identificará ante la empresa como responsable de uno o varios menores. Este adulto será el responsable de valorar la idoneidad de que los menores realicen la actividad, teniendo en cuenta las capacidades personales de los menores y de la suyas propias. Todos los mayores de edad que realicen la actividad bajo una misma reserva se consideran responsables de todos los menores incluidos en dicha reserva.

La edad máxima de los participantes será 65 años. Los clientes que superen esta edad declaran aportar a la actividad su propio seguro de Responsabilidad Civil y de Accidentes. Los clientes que superen esta edad deberán asumir que la empresa tiene una limitación de edad (65 años) en sus seguros, quedando excluidos los que la superen. El cliente, por tanto, no podrá reclamar a la empresa ninguna indemnización ni responsabilidad en este sentido.

El material que la empresa aporta para la realización de la actividad (Casco, Arnés, Polea, Cuerda y Disipador) es de uso personal y el cliente debe elegir el que se adecue perfectamente a su talla. Deberá evaluar que lo recibe en perfectas condiciones y comunicar cualquier desperfecto al devolverlo.

El cliente debe traer una mochila para portar el agua suficiente para realizar la actividad teniendo en cuenta el esfuerzo y la duración de la misma. Del mismo modo deberá traer algún snack rico en azúcares para prevenir una posible bajada de tensión o de azúcar. La ropa será deportiva y cómoda. El calzado será siempre cerrado y de montaña. El cliente tendrá en cuenta la previsión del clima para adecuar su vestimenta a las posibles evoluciones. Los alimentos que el personal de la empresa pudiera ofrecer a los clientes serán valorados dichos clientes en lo relativo a su idoneidad y compatibilidades alimenticias.



El cliente deberá seguir fielmente las instrucciones que aquí se indican. El cliente reconoce su capacidad para realizar la actividad con toda seguridad.

Las condiciones climáticas en las que se desarrolle la actividad serán las asumidas por el cliente. El cliente cancelará la actividad si AEMET pronostica una alerta meteorológica en la zona y la publica en su página web AEMET.com

IMPORTANTE: Si el cliente lo contrata, la empresa aportará personal que acompañará a los clientes para únicamente: llevar el botiquín, agua, azúcares extra y será también el encargado de hacer fotos a los clientes durante la actividad. Las fotos que el personal de la empresa realice durante la actividad se enviarán a los clientes por whatsapp; teniendo en cuenta que enviará las fotos de todo el grupo, solo a los clientes que originalmente realizaron las reservas. El cliente cede las fotos y vídeos realizados para el uso publicitario que la empresa estime oportuno. El cliente reconoce que la cesión del uso publicitario de las fotos y vídeos incluyen expresamente a los menores, siendo los clientes responsables de los menores los que asumen tener las autorizaciones oportunas.

Si el cliente solicita ayuda del personal de la empresa será por cuestiones de comodidad. Deberá entenderse que el cliente tiene el criterio idóneo para ser autosuficiente en el desarrollo íntegro de la actividad.

El cliente podrá usar las instalaciones que la empresa tiene en Siejo, Peñamellera Baja, para equiparse y desequiparse. En este caso la empresa trasladará a los clientes al punto de inicio de la actividad y los retornará a sus instalaciones al terminar. El cliente solo podrá dejar las llaves de su vehículo en custodia del personal de oficina. La empresa no se hace responsable de los objetos perdidos, rotos o deteriorados durante la actividad.

- El cliente, una vez realizada la reserva, se haya pagado o no, podrá cambiar: su fecha, su número de participantes o incluso cancelarla con derecho a la devolución según este criterio:
- Abonará los gastos de gestión, los de anulación si los hubiere, y una penalización consistente en el 5% del importe total de la reserva, si el desistimiento se produce con más de 10 y menos de 15 días de antelación a la fecha de comienzo del programa; el 15% entre los días tres y diez, y el 25% antes de las cuarenta y ocho horas anteriores a la salida, a partir de ese momento será del 100%
- La no presentación en la fecha y hora indicada por Canoa Aventura, implicará la obligación por parte del cliente del pago del importe total de la reserva.

El cliente que no se presente el día y la hora que conste en su reserva perderá el derecho a realizar la actividad y no tendrá derecho a devolución del importe pagado. La empresa se reserva el derecho de asignar la hora de la actividad dentro del día reservado por el cliente.

La Empresa se compromete a enviar los datos de la reserva como máximo el día anterior a la actividad.

DATOS TÉCNICOS:

Datos de la Ferrata La Escalera Al Cielo:

Se entiende que esta ferrata es la suma de El Milar y la Escalera Al Cielo.

Inicio: 43.256054, -4.615780 / La Hermida, Peñarribia, Cantabria.

Final: 43.256054, -4.615780 / La Hermida, Peñarribia, Cantabria.

Nivel: K3

Duración: 2 horas.

Desnivel: 80 metros.



Datos de la Ferrata los Llanos:

Inicio: 43.138471, -4.711711 / Los Llanos, Camaleño, Cantabria. CP 39580.

Final: 43.138471, -4.711711 / Los Llanos, Camaleño, Cantabria. CP 39580.

Nivel: K4

Duración: 2 horas.

Desnivel: 120 metros.



Datos de la Ferrata El Milar:

Inicio: 43.256932, -4.615046 / La Hermida, Peñarribia, Cantabria.

Final: 43.256932, -4.615046 / La Hermida, Peñarribia, Cantabria.

Nivel: K3

Duración: 1 hora.

Desnivel: 61 metros.



Datos de la Ferrata La Hermida:

Inicio: [43.252715](#), [-4.609864](#)/ La Hermida, Peñarribia, Cantabria.

Final: [43.251326](#), [-4.618228](#)/ La Hermida, Peñarribia, Cantabria.

Nivel: K3

Duración: 4 horas.

Desnivel: 300 metros.



PRINCIPALES TELEFONOS DE INTERES:

SERVICIO DE EMERGENCIA EUROPEO.....112

CANOA AVENTURA 654746081

PROTECCION CIVIL.....1006

POLICIA..... 091

GUARDIA CIVIL.....062

CENTRO DE SALUD LIÉBANA..... 942730360
San Roque s/n. Potes. Cantabria

CENTRO SALUD CABRALES..... 985845504
Carretera General s/n

CENTRO SALUD LLANES.....985403615

HOSPITAL ORIENTE ASTURIAS985949800