

ANEXO - I

NORMAS DE ACTUACIÓN DE LOS PARTICIPANTES EN ACTIVIDADES.:

1. Para realizar cualquier actividad **será obligatorio poseer la Licencia Federativa en vigor y llevarla consigo en la actividad o el Seguro obligatorio** por un día.
2. Los participantes antes de inscribirse a una ruta han de informarse:
 - **del nivel de dificultad** de la misma (publicado en el boletín del Grupo Montañero).
 - **del material a portar** en la ruta (publicado en el boletín del Grupo Montañero).
 - **de las normas a cumplir** en las actividades (publicado en el boletín del Grupo Montañero).
3. **Es obligación de los participantes** en el momento de inscripción a la ruta y antes de iniciar la misma, **informar a los Monitores de posibles enfermedades físicas o psíquicas así como de posibles dolencias** temporales o crónicas que padezcan que pudieran influir en el normal desarrollo de la actividad. Asimismo, deberá informar a los Monitores de la medicación que requieran en caso de crisis y el lugar donde está localizada siendo obligación del participante llevarla consigo durante la ruta.
4. Los participantes, tras informarse del nivel de dificultad de las rutas publicado en el boletín del Grupo Montañero, **han de inscribirse solo a aquellas que se ajusten a sus propias posibilidades y capacidades físico-técnicas**. No deben inscribirse a rutas del tipo bomba o calavera, si no están acostumbrados a caminar por montaña y no tienen un mínimo de forma física y destreza necesaria para salvar los desniveles propios de terrenos montañosos. Para estos participantes, se les aconseja las rutas de iniciación / sonrisa, organizadas mensualmente por el Grupo Montañero.
5. Los participantes han de **ser puntual** a la salida de la guagua.
6. **Los participantes, en caso de no poder asistir a la actividad, deberán pagar el coste de su plaza reservada en la guagua**. En caso de no realizar dicho pago, para poder inscribirse en otra ruta, se le exigirá que abone previamente en el Grupo Montañero, el coste de la guagua de ésta.
7. Los participantes han de seguir los pasos del Monitor y **no sobrepasar nunca a éste ni intentar acelerarlo** forzándole a aumentar el ritmo en detrimento de la seguridad y disfrute del resto del grupo. Asimismo, tampoco se ha de **ralentizar excesivamente y por capricho** (fotos o charla) con sucesivas paradas y un ritmo exageradamente lento al resto del grupo pudiendo llevar con seguridad un ritmo mayor. **En definitiva, los participantes han de intentar ajustarse y adaptarse, dentro de sus posibilidades, al ritmo que marque el Monitor**.
8. **Ningún participante debe salirse del recorrido seguido por el grupo, sin avisar a los Monitores**. Si el Monitor de cola no sabe que ha salido del camino, puede seguir de largo y por tanto dicho participante quedarse descolgado del grupo. En caso de tener que apartarse del camino por cualquier motivo, avisar al Monitor en el punto del desvío para que lo espere.
9. Los participantes han de **respetar las señales del sendero**, circulando por lugares permitidos y por el trazado del sendero dispuesto para el paso, **no atajando** en las curvas, aun cuando haya veredas formadas en éstas.
10. **Los participantes han de permanecer con el grupo desde el inicio; lugar de salida de la guagua; hasta el final; lugar de llegada de la guagua, no debiendo nunca abandonar al grupo para prolongar la actividad de senderismo por su cuenta, solo o en compañía**. Sólo estará permitido abandonar al grupo, en el punto final de ruta, bajo conocimiento y consentimiento de los Monitores y por motivos justificados, bien por cercanía o proximidad a su lugar de residencia o por la necesidad de ausentarse por motivos personales (imprevistos surgidos, etc...).

11. **Los participantes han de obedecer en todo momento al Monitor en lo que respecta al desarrollo de la actividad**, momento de salida, paradas en los reagrupamientos, finalización de la ruta, etc.
12. Los participantes no deben realizar ninguna acción que pueda provocar algún deterioro medio-ambiental ni arrancar vegetación respetando en todo momento la flora y fauna del lugar.
13. **Los participantes no pueden tirar ningún objeto contaminante al monte** (papeles, cigarros, plásticos...) y asimismo, **no deberán tirar los sobrantes de comidas** (cáscaras de frutas, pan...). En definitiva, hay que dejar los lugares por donde pasamos igual o mejor que lo encontramos.
14. **Los participantes no deben asomarse y exponerse innecesariamente al borde de los riscos o paredes**, sobre todo, en aquellos que posean firme inestable o resbaladizo y que tengan un riesgo grave en caso de caídas (cuidado los fotógrafos).
15. Los participantes deben extremar las precauciones e ir atentos (no hablar ni distraerse) en los **pasos algo expuestos** (riscos, senderos estrechos por pared...), progresando por éstos de uno en uno.
16. **Los participantes han de avisar al Monitor durante la ruta de cualquier problema con el material llevado** (rotura de calzado, correas de mochila...) **o de cualquier dolor físico que le surja y le aqueje** (ampollas, mareos, bajadas de tensión, etc...).
17. Los participantes han de progresar **de uno en uno en carreteras** por la franja que indique el Monitor, o en su caso, por la que circule éste, utilizando el arcén intentando evitar entrar en la vía, y **nunca cruzar ésta de forma arbitraria por cuenta propia**.
18. Los participantes no pueden realizar **ninguna acción** (gesto o palabra) **irrespetuosa y poco ética** (acoso, robo, insulto...) así como ninguna acción ofensiva, amenazante y violenta para con el Monitor u otro miembro del grupo.
19. **Los participantes no podrán realizar ningún tipo de acción que ponga en peligro la marcha en general de la actividad y que vaya en perjuicio del Monitor y del resto del grupo**.
20. Los participantes asumen conocer que la actividad a realizar **está sujeta a imprevistos** motivados por la climatología, circunstancias inadvertidas de la orografía, adaptación de la actividad al número de participantes y están conformes con los cambios y adaptaciones que el Monitor crea conveniente para la seguridad y buen fin de la misma.

ES OBLIGACIÓN DE LOS PARTICIPANTES INFORMARSE DE ESTAS NORMAS Y CUMPLIRLAS. CUALQUIER ACCIDENTE O PROBLEMA SURGIDO O DERIVADO DEL INCUMPLIMIENTO DE ALGUNA DE ESTAS NORMAS POR PARTE DE LOS PARTICIPANTES, SERÁN RESPONSABILIDAD DE ÉSTE.

En caso de incumplimiento la Junta Directiva podrá tomar las medidas que considere oportunas.