

BONES PRÀCTIQUES PER A ACTIVITATS ORGANITZADES AL PARC NATURAL DE SANT LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC (EXCURSIONISTES, CURSES I BTT)

1. Tipologia d'activitat al medi natural

Es consideren activitats en el medi natural, objecte d'aquesta regulació, aquelles que es desenvolupen fora de carreteres i pistes pavimentades. Cap activitat es podrà desenvolupar en horari nocturns. **S'accepta el pas en horari nocturn per aquelles activitats de llarg recorregut que no es planifiquen per desenvolupar-se en la seva totalitat fora de la llum solar.**

- ◆ A peu
 - Caminada: excursió en la que la totalitat dels participants es desplacen a peu, bé caminant bé marxant.
 - Cursa: activitat física o excursió en la que una part dels participants es desplacen corrent.
- ◆ En BTT: Activitat de desplaçament amb bicicleta de muntanya sense ajut de motorització.

2. Comunicacions

- ◆ S'han de tramitar totes les autoritzacions necessàries amb un mínim de 30 dies.
- ◆ Abans de la planificació i difusió de l'activitat cal contactar amb l'òrgan gestor del parc per adequar-la a la normativa i a la regulació de bones pràctiques.
- ◆ Cal seguir un ordre de sol·licitud d'autoritzacions:
 - Parc-Ajuntaments-Generalitat-Trànsit...
- ◆ Cal comunicar l'activitat amb l'antelació necessària per les sol·licituds d'autoritzacions.
- ◆ Cal comunicar el pas als propietaris en el cas de camins privats.
- ◆ **Per a les activitats amb menys de 40 participants no cal sol·licitar autorització sempre que l'organitzador no sigui una empresa. Es recomana enviar un comunicat al correu p.santllorenc.estena@diba.cat per informar de l'activitat per seguretat i per coordinar l'activitat: recorregut i telèfon de contacte.**

Les sol·licituds es tramitaran a través de la Seu Electrònica (navegador IExplorer 7.0 o superior)

3. Participants

Definició del número màxim de participants per tipus d'activitat:

- ◆ Caminades: es considerarà cursa, aquella activitat en la que

DISTÀNCIA EN km	MÀXIM DE PARTICIPANTS
Populars (<50)	400
Resistència (>50)	400

** Només podran ser caminades populars (no cronometrades).*

◆ Curses:

DISTÀNCIA EN km	MÀXIM DE PARTICIPANTS
Curses populars i mitges maratons	300
Marató	300
Ultra	300
Cursa vertical	300 participants
Activitat íntegrament per pista	3.000 participants

* L'organització disposarà servei d'ordre a les cruïlles principals del recorregut per a informar altres usuaris.

◆ BTT:

DISTÀNCIA EN km	MÀXIM DE PARTICIPANTS
Populars (<40)	300
Resistència (>40)	200

* L'organització disposarà servei d'ordre a les cruïlles principals del recorregut per a informar altres usuaris.

* Si són cronometrades disposaran de pla de seguretat

- ◆ El número màxim de participants pels diferents tipus d'activitat es pot reduir en funció del següent:
 - Fragilitat del territori per on discorre i aspectes limitants (flora, fauna, gea).
 - Època de l'any.
 - Alternatives en cas de temps advers
 - Activitat cronometrada o no.
 - Tipologia de les vies que s'utilitzen (pista pavimentada, pista de terra, corriol).
 - Percentatge (%) del recorregut dins els límits del parc.
 - Pendent.
 - Tipologia de zona segons definició en el Pla especial.
 - Coincidència amb altres activitats.

4. Activitats

Optar per la qualitat i adaptar el número d'activitats:

- ◆ Proposar una programació anual de les activitats, fixant el límit del número d'activitats que es poden dur a terme.
- ◆ Es convenient plantejar, en funció del tipus d'activitat i de la zona on es porten a terme, la limitació del total d'activitats que es realitzen al parc:
- ◆ Caminades i marxes:
 - 4 resistència
 - 10 populars

- ◆ Pel que fa a les curses de muntanya** es faran, com a màxim:
 - 1 ultra-trail (més de 43 Km)
 - 1 marató
 - 2 mitges maratons
 - 1 cursa vertical
 - 8 curses populars (fins a 20 Km)
 - 2 duatlons

** totes les activitats en què es cronometra el temps dels participants, existeix una classificació per temps (i/o s'identifiquen guanyadors) i/o els participants s'identifiquen amb dorsal o pitrall numerat.

- ◆ Bicicleta de muntanya
 - 4 Resistència
 - 10 Pedalades populars

5. Recorregut

Les activitats es realitzaran exclusivament al que determina el mapa d'activitats d'Ús públic, entenent que les bicicletes sempre circularan per pistes tal com determina el Pla Especial del parc.

- ◆ Condicions de l'inici del recorregut (caminades i curses a peu):
 - La primera part del recorregut (10 % - 15 %) serà per pista ample per facilitar el posicionament dels participants i evitar aglomeracions.
 - En funció del número de participants i de les característiques del punt d'inici serà convenient la sortida escalonada.

Tasques de manteniment dels camins i corriols del recorregut:

- ◆ Si en algun tram de sender cal fer tasques de manteniment, cal tenir el permís de la propietat per fer-ho i seguir els criteris que estableixi el parc.

6. Recepció dels participants i punts d'inici i final de l'activitat

Capacitat per acollir als participants i públic previsible:

- ◆ Sempre que sigui possible l'inici s'ha de fer en un nucli urbà.
- ◆ El punt d'inici de l'activitat ha de tenir la capacitat d'acollida necessària.

Capacitat d'aparcament:

- ◆ Cal preveure les necessitats d'aparcament per participants i acompanyants.
- ◆ Cal tenir en compte que l'activitat ha de ser compatible amb altres possibles activitats que hi hagi en aquest punt d'inici, i en tot cas no ha d'afectar a altres visitants i usuaris.

Possibilitat d'arribar amb transport públic i d'organitzar transport col·lectiu:

- ◆ Prioritzar punts d'inici on es pugui arribar en transport públic.
- ◆ Organitzar o fomentar el transport col·lectiu.

7. Informació i promoció de l'activitat

Difusió de l'activitat:

- ◆ La difusió abans de dur a terme l'activitat ha de descriure el tipus d'activitat, el públic a qui va adreçada, etc.
- ◆ No es pot fer difusió del recorregut concret abans de tenir les autoritzacions corresponents.
- ◆ Evitar posar referències concretes de les finques.
- ◆ Cal tenir les autoritzacions abans de fer difusió de l'itinerari i abans d'obrir les inscripcions.
- ◆ Donar a conèixer el document de bones pràctiques.

Reglament de normes de comportament dels participants:

- ◆ És convenient que existeixi aquest reglament, en el que s'incloguin aspectes generals, com el document de bones pràctiques, i aspectes específics de l'activitat concreta.

Els usuaris poden informar-se de les modificacions del traçat, anul·lació de l'activitat, o altres incidències per telèfon, web o altres mitjans:

- ◆ Qualsevol informació que sigui interessant abans de realització de l'activitat és important que es pugui difondre de la forma més efectiva, de forma especial les modificacions d'última hora.

En cas de lliurament d'obsequis o material als participants, prioritzar aquells que ajudin a transmetre els valors propis de l'activitat excursionista i de l'espai protegit, amb criteris de sostenibilitat i de promoció de l'activitat econòmica local.

8. Seguretat

Assegurança pels participants:

- ◆ Promoure que els participants estiguin federats, per disposar de totes les cobertures que això suposa.
- ◆ Per cobrir la responsabilitat civil l'entitat ha de disposar de la corresponent assegurança (d'acord amb la legislació vigent).

Control de l'arribada dels participants:

- ◆ Per assegurar l'arribada de tots els participants cal utilitzar algun sistema de control: control als avituallaments, targetes, xips, etc.

Altres aspectes de seguretat:

- ◆ Facilitar als participants un telèfon de contacte de l'organització per tal de poder comunicar qualsevol tipus d'incidència durant la realització de l'activitat.
- ◆ En punts amb elevada presència de vehicles prendre mesures per minimitzar els riscos.
- ◆ Recomanar material i equipament necessari per poder fer l'activitat en condicions, en funció del grau de dificultat, de l'estat del recorregut i de les condicions meteorològiques.
- ◆ En cas de mal temps poder fer servir recorreguts alternatius.
- ◆ Cal evitar recorreguts que suposin un risc per la seguretat de l'usuari.
- ◆ Es convenient disposar de servei d'ambulància (per normativa obligatori amb més de 500 participants).

9. Senyalització

Necessitat de senyalització, tipologia i identificació:

- ◆ La senyalització **serà temporal**, preferentment amb cinta o elements reciclables. No s'admet calç, guix ni pintura de cap mena.
- ◆ Es recomana que la senyalització temporal tingui algun distintiu de l'organització que faciliti la identificació per part dels participants.

Es pot reutilitzar o reciclar:

- ◆ L'opció de planxes, plaques plastificades o altres suports durables permet que siguin reutilitzats.

Retirada de la senyalització temporal:

- ◆ La senyalització s'ha de treure el mateix dia. Excepcionalment es podrà retirar l'endemà, previ acord amb els ajuntaments i la direcció del parc.

10. Selecció d'avituallaments

Emplaçament adequat:

- ◆ Evitar llocs amb molta freqüentació o que poden suposar algun tipus de risc.

Criteris per reduir el volum de residus generats.

- ◆ Evitar generar residus: gots reciclables, evitar embolcalls.

Recollida selectiva dels residus generats:

- ◆ Posar bosses o recipients per facilitar la recollida selectiva de residus.
- ◆ Assegurar la recollida selectiva, a l'inici, al final i en els punts de parada. I també en la revisió final del recorregut.

Altres aspectes a tenir en compte:

- ◆ Es podrà fer servir carpes per aixoplugar els col·laboradors. No seran gaire grans i no podran impedir ni molestar el pas d'altres usuaris del parc.
- ◆ No es podran fer servir sistemes de sonorització ni posar música.

11. Recomanació pels participants

Bastons:

- ◆ No portar bastons. O si es porten, amb la punta de goma.