

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

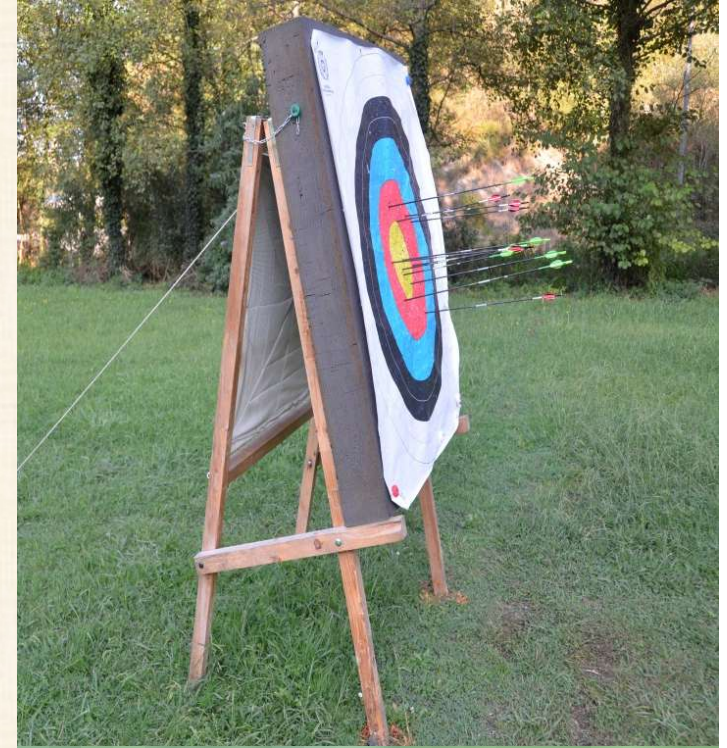
PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

- **ASPECTOS IMPORTANTES A CONTROLAR EN UNA INSTALACIÓN DE TIRO:**
 - **INSPECCIONAR LAS SUPERFICIES DE JUEGO Y ENTRENAMIENTO PARA DETECTAR POSIBLES PELIGROS ANTES DE CADA SESIÓN.**



PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

- PARAPETOS DEBERÁN ESTAR FIRMEMENTE ANCLADOS DE MANERA QUE NO SE CAIGAN.





PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

- **LOS ESPECTADORES DEBERÁN PERMANECER DETRÁS DE LA LÍNEA DE TIRO. SE DEBE VIGILAR ESPECIALMENTE A LOS ESPECTADORES MÁS JÓVENES.**

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

- EN INSTALACIONES AL AIRE LIBRE DEBE EXISTIR UNA ZONA DE SEGURIDAD DETRÁS DE LAS DIANAS.



PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

- EN INSTALACIONES CUBIERTAS SE DEBEN BLOQUEAR TODAS LAS ENTRADAS QUE DEN ACCESO A LA LÍNEA DE TIRO O DELANTE DE ELLA.
- EN INSTALACIONES CUBIERTAS ES INDISPENSABLE PROTEGER MUROS Y PILARES.



PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

- LAS PERCHAS PARA ARCOS ELIMINAN LA POSIBILIDAD DE QUE ALGUIEN DÉ UNA PATADA O PISE EL EQUIPO.



PLAN DE EMERGENCIA

PERSONA RESPONSABLE

Sabe qué equipo de emergencias hay disponible

Mantendrá la seguridad y la calma

Ayudará y atenderá a la persona herida

Dirigirá a los demás mientras llega el personal médico

PLAN DE EMERGENCIA

- **AYUDANTE O PERSONA DE APOYO**
 - **Hará la llamada telefónica pidiendo asistencia.**
 - **Guiará a la ambulancia dentro y fuera de las instalaciones.**
 - **Mantendrá un listado de teléfonos de emergencia y conocerá la localización de los aparatos telefónicos en las instalaciones.**

PLAN DE EMERGENCIA

- EQUIPO DE PRIMEROS AUXILIOS
 - Tijeras
 - Imperdibles
 - Vendas
 - Gasas y algodón, toallitas
 - Esparadrapo
 - Antisépticos
 - Paquetes de frío instantáneo, spray frío
 - Guantes de latex
 - Bolsas de plástico
 - Manual de primeros auxilios



PLAN DE EMERGENCIA

- ASEGURARSE DE:

- Siempre hay alguien cerca que sabe cómo utilizar el equipo.
- Todo el mundo sabe donde se guarda el equipo.
- Lo que se utiliza se reemplaza
- No se aplica hielo directamente sobre la piel

PLAN DE EMERGENCIA

- **PLANO DETALLADO DEL LUGAR DONDE SE IMPARTIRÁN LAS CLASES DE TIRO:**
 - Localización de los teléfonos
 - La sala de primeros auxilios
 - Itinerario que los médicos seguirían
 - Cualquier otro detalle que se considere útil

SEGURIDAD DEL GRUPO

SEGURIDAD DEL GRUPO

- SUPERVISIÓN DIRECTA DE UN MONITOR

Razón monitor arquero: 1:6 a 1:12



SEGURIDAD DEL GRUPO



- **BAJO NINGUNA CIRCUNSTANCIA SE DEBE TIRAR SI HAY ALGUIEN EN LA ZONA DE DIANAS O SUS CERCANÍAS.**

SEGURIDAD DEL GRUPO

- LA LÍNEA DE TIRO DEBE SER RECTA. DISTINTAS DISTANCIAS / UNA ÚNICA LÍNEA DE TIRO



SEGURIDAD DEL GRUPO

- **TODOS LOS ARQUEROS QUE ESTÉN DISPARANDO DEBEN PERMANECER EN LA LÍNEA DE TIRO Y RETROCEDER UNOS METROS CUANDO HAYAN ACABADO.**



SEGURIDAD DEL GRUPO

- **LA FLECHA SÓLO DEBE PONERSE EN LA CUERDA CUANDO LOS ARQUEROS SE ENCUENTREN BIEN SITUADOS EN LA LÍNEA DE TIRO Y SE HAYA DADO LA SEÑAL DE QUE EL CAMPO ESTÁ LIBRE.**
- **LOS ARQUEROS SÓLO PUEDEN TENSAR SU ARCO EN LA LÍNEA DE TIRO Y SIEMPRE APUNTANDO A LA DIANA SOBRE LA QUE SE PRETENDE TIRAR.**
- **EVITAR LA APERTURA DE ARRIBA ABAJO. LA POSICIÓN DE TENSADO SERÁ LO MÁS PARALELA POSIBLE AL SUELO**



SEGURIDAD DEL GRUPO

- **ARCOS Y FLECHAS DEBEN TRATARSE CON CUIDADO EN LA LÍNEA DE TIRO.**
- **TENSAR EL ARCO SIN INTERFERIR A OTROS ARQUEROS QUE ESTÉN TIRANDO A SU LADO.**
- **PROPORCIONEN CARCAJES A LOS ALUMNOS.**
“La punta de la flecha deberá siempre estar en un carcaj o en un arco apuntando al blanco o en el blanco”



SEGURIDAD DEL GRUPO



- **PROHIBIDO ARROJAR FLECHAS AL AIRE SIN LA SUPERVISIÓN Y CONTROL DE UN INSTRUCTOR MUY EXPERIMENTADO.**
- **NO TIRAR NUNCA UNA FLECHA HACIA ARRIBA.**

SEGURIDAD DEL GRUPO

- ES MEJOR UTILIZAR UN SILBATO DESDE LA PRIMERA CLASE.
- PLANEAR Y ORGANIZAR LOS ENTRENAMIENTOS CON LA “SEGURIDAD” EN LA CABEZA.
- CONTROLAR EL EQUIPO DE LOS ARQUEROS CON REGULARIDAD.
- ASEGURARSE DE QUE LOS ARQUEROS NO SE MOLESTAN O SE TOCAN INVOLUNTARIAMENTE.
- SI UN ARCO O UNA FLECHA CAE DELANTE DE LA LÍNEA DE TIRO, EL ARQUERO DEBERÁ ESPERAR HASTA QUE LOS DEMÁS ARQUEROS HAYAN ACABADO SUS DISPAROS ANTES DE RECUPERARLO
- AL SACAR LAS FLECHAS DE LA DIANA TENER CUIDADO DE QUE NO HAYA NADIE DETRÁS. LOS ARQUEROS DEBEN ESPERAR A LOS LADOS DEL PARAPETO PARA RETIRAR SUS FLECHAS.



SEGURIDAD INDIVIDUAL

SEGURIDAD INDIVIDUAL



- **MONTAR EL ARCO CON MONTADORES**
- **SOLTAR EL ARCO SIN NINGUNA FLECHA EN LA CUERDA.**
- **EQUIPO DAÑADO.**

SEGURIDAD INDIVIDUAL

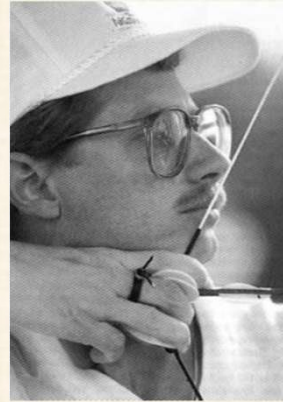
- **PROTECCIÓN DEL
ARQUERO**



- **LAS FLECHAS
CORTAS SON MUY
PELIGROSAS.
PUEDEN SER CAUSA
DE GRAVES
LESIONES.**



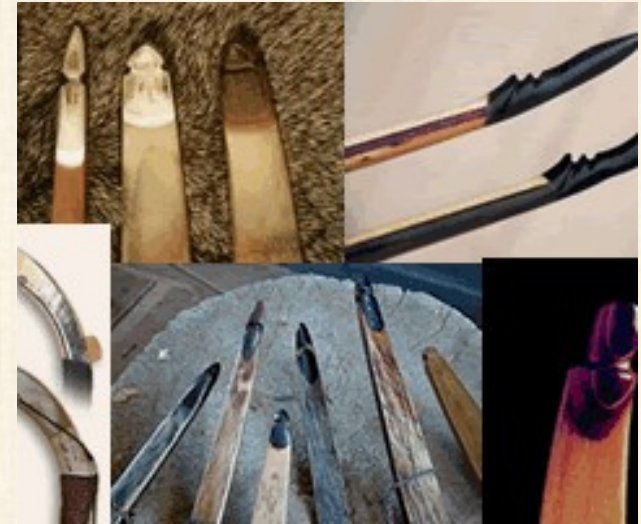
SEGURIDAD INDIVIDUAL



- CALENTAMIENTO ADECUADO ANTES DE CADA SESIÓN.
- LOS ARQUEROS NO DEBEN CORRER MIENTRAS LLEVAN LAS FLECHAS.
- REFERENCIAS FACIALES Y POSICIÓN DE LA CABEZA.
- AL ACERCARSE A LA DIANA TENER CUIDADO CON LAS FLECHAS QUE SE ENCUENTREN EN EL SUELO

SEGURIDAD INDIVIDUAL

- SI SE SIENTE DOLOR NO CONTINUAR. VIGILEN ESPECIALMENTE A LOS DEPORTISTAS QUE SE ESTÁN RECUPERANDO DE UNA ENFERMEDAD O LESIÓN.
- RECUPERAR TODAS LAS FLECHAS PERDIDAS PARA EVITAR LESIONES A LOS SIGUIENTES USUARIOS DEL CAMPO.
- ATENCIÓN A DETERMINADOS TIPOS DE CUERDAS. TIPS REFORZADOS
- NO SOBRETENSAR UN ARCO DE POLEAS
- NO TIRAR SI SE TIENE ALGUNA DUDA.



SEGURIDAD INDIVIDUAL

- OTROS ASPECTOS A TENER EN CUENTA:
 - USAR ROPA AJUSTADA AL CUERPO A LA ALTURA DEL PECHO Y MANGAS. NO USAR ROPA VOLUMINOSA, DESABROCHADA O SUELTA DE LA ZONA DE LOS HOMBROS, PECHO O BRAZOS
 - NO LLEVAR JOYAS, RELOJES, BRAZALETES, COLLARES, ETC... QUE PUEDAN SER PELIGROSOS
 - ESCONDER LOS CORDONES QUE CUELGUEN, RECOGER EL CABELLO LARGO, LAS CAPUCHAS. PROTEGER Y VACIAR LOS BOLSILLOS DEL PECHO. QUITAR DE LA ROPA LOS ESCUDOS INSIGNIAS Y ALFILERES. CEÑIR LAS MANGAS CORTAS.
 - UTILIZAR CALZADO ESTABLE, DEPORTIVO. SUELAS PLANAS. EVITAR EL CALZADO QUE NO PERMITA UNA BUENA ESTABILIDAD DEL CUERPO.
 - NO USAR SANDALIAS YA QUE AL RECOGER LAS FLECHAS, LAS QUE SE ENCUENTRAN ENTRE LA HIERBA, PODRÍAN LASTIMARNOS



EL COMPORTAMIENTO DEL ARQUERO

COMPORTAMIENTO DEL ARQUERO

- **NO HABLAR EN LA LÍNEA DE TIRO, NI DISTRAER A OTROS ARQUEROS DURANTE LA TIRADA.**
- **SÓLO EL MONITOR PUEDE HACER COMENTARIOS SOBRE UN ARQUERO QUE ESTÁ TIRANDO.**
- **ES MEJOR UN COMENTARIO ALENTADOR QUE UNO SARCÁSTICO.**
- **NO HACER COMENTARIOS POCO AMABLES O DENIGRANTES SOBRE EL PROPIO TIRO PORQUE PUEDEN MOLESTAR O DISTRAER A ALGUIEN.**
- **EN CASO DE TENER PROBLEMAS, DAR UN PASO ATRÁS Y AVISAR AL MONITOR; NO MOLESTAR A LOS COMPAÑEROS.**

COMPORTAMIENTO DEL ARQUERO

- **CUANDO SE HAYA ACABADO DE TIRAR, ABANDONAR HACIA ATRÁS LA LÍNEA DE TIRO, PARA DEJAR A LOS DEMÁS ARQUEROS COMPLETAR SU TANDA.**
- **NO TOCAR NUNCA EL EQUIPO DE OTRO ARQUERO SIN PERMISO.**
- **DEJAR LAS FLECHAS DE LOS OTROS ARQUEROS EN LA DIANA, A MENOS QUE LE PIDAN RECUPERARLAS.**
- **RESPETAR LAS OTRAS FLECHAS QUE ESTÁN EN LA DIANA, CUANDO SE RECUPERAN LAS PROPIAS.**
- **SER SINCEROS AL TOMAR LA PUNTUACION; SIEMPRE SER JUSTOS.**

COMPORTAMIENTO DEL ARQUERO

- **SOBRE TODO SER BUENOS DEPORTISTAS.**
- **ESTAR ATENTOS Y COLABORAR CON LOS EMPLEADOS DEL CLUB QUE ESTÉN CUMPLIENDO CON SUS OBLIGACIONES.**
- **OFRECERSE PARA AYUDAR EN ALGUNAS TAREAS, COMO POR EJEMPLO MOVER LAS DIANAS, ETC...**
- **LOS ARQUEROS QUE TENGAN UNA OPINIÓN QUE NO COINCIDA CON LA DEL MONITOR O CON ALGUNA REGLA O ACTUACIÓN DEL CLUB, DEBERÁN ASISTIR A LA OPORTUNA REUNIÓN Y EXPRESAR SUS PUNTOS DE VISTA.**
- **SE DEBE TIRAR SÓLO A LA DISTANCIA QUE SE ESTÉ CAPACITADO (CON APROBACIÓN DEL ENTRENADOR)**

COMPORTAMIENTO DEL ARQUERO

- **NO SE DEBE CONSUMIR ALCOHOL EN EL CAMPO.**
- **NO SE PERMITE FUMAR EN LA ZONA DE DEPORTISTAS.**
- **MUCHOS ARQUEROS TIRANDO AL MISMO BLANCO LO DAÑAN, AYUDA A CONSERVAR LOS MATERIALES DE LA INSTALACIÓN**
- **LOS ARQUEROS DEBEN RECOGER DEL TERRENO TODAS LAS FLECHAS QUE SE LES ROMPAN EN LA PRÁCTICA DEL TIRO, SIN ABANDONAR OTROS RESTOS EN EL MISMO (PLUMAS ROTAS O DESPEGADAS, CULATINES ROTOS, PLÁSTICOS, LATAS, PAPELES...). LOS ARQUEROS ESTÁN OBLIGADOS A MANTENER EN CAMPO DE TIRO LIMPIO.**