

## Recomanacions per als esquiadors de muntanya que utilitzen les estacions d'esquí i muntanya

En els darrers temps s'observa un considerable augment del número d'esquiadors de muntanya que utilitzen les estacions d'esquí per a realitzar la seva activitat. Els motius són diversos, entre d'altres:

- Un canvi dels hàbits socials que fa que cada vegada sigui més popular la pràctica d'activitats esportives que com l'esquí de muntanya, tenen un gran component aeròbic i clars efectes positius sobre la salut.
- Les estacions d'esquí representen una porta d'accés immillorable a la muntanya hivernal, que fa que molts practicants deixen els seus familiars fent ús dels remuntadors o dels serveis de l'estació mentre ells realitzen una excursió per la zona.
- Molts practicants d'aquests esports troben en les estacions de muntanya un lloc segur, al poder accedir a indrets on existeixen moltes referències d'orientació en cas de mala visibilitat i disposen de controls davant dels allaus i que ofereixen diversos llocs d'avituallament (cafeteries, refugis,...) i d'aixopluc.

Així mateix, els esportistes que competeixen en alguna modalitat d'esport de muntanya, troben sovint en les estacions d'esquí el lloc idoni i segur per els seus entrenaments i ben segur que, aquesta seguretat i la pròpia neu que aporten aquestes instal·lacions, han contribuït en gran mesura en una menor incidència de lesions i accidents, en una millora de la qualitat dels entrenaments i, indirectament, ha tingut a veure en els grans èxits internacionals dels esportistes catalans en curses i esquí de muntanya dels darrers temps.

Dins d'aquestes pràctiques i costums, destaca per a la seva perillositat la pujada amb esquís de muntanya cap al capvespre, i les baixades que per tant a continuació es realitzen i que poden coincidir amb els treballs de manteniment de pistes i instal·lacions de l'estació, on la presència de les màquines de trepitjar, amb cables tractors quasi invisibles amb la foscor i que resulten de gran perillositat durant el descens, obliguen a extremar al màxim la prudència de l'esquiador, independentment de que lògicament l'esquiador de muntanya sigui i es faci responsable de la seva seguretat, especialment quan entra en zones no controlades i/o fora d'horaris.

Aquesta augment d'esquiadors de muntanya a les pistes d'esquí fa necessari l'establiment d'unes recomanacions amb l'objectiu de donar unes pautes de conducta i de convivència bàsiques, buscant alhora una conscienciació de l'esquiador de muntanya usuari de les estacions d'esquí i una reducció dels possibles perills i conflictes.

## **Pautes de conducta i hàbits a promoure entre les persones que practiquin l'esquí de muntanya a les estacions d'esquí catalanes.**

### **Article 1- Durant l'horari d'obertura al públic**

1. Cal utilitzar el costat de la pista i pujar en fila d'un, vigilant sempre els esquiadors que baixen. Quan sigui possible circular per darrera de la línia de canons o de les balises de delimitació de la pista.
2. Evitar les pistes més estretes en dies i hores de màxima afluència d'usuaris a les pistes.
3. No aturar-se ni travessar les pistes en llocs amb poca visibilitat (com canvis de rasant, cruïlles de dos pistes i revolts sense visibilitat, entre d'altres). En cas d'aturar-se, fer-ho fora de la pista (darrera de la línia de canons o de les balises de delimitació)
4. Cal mantenir-se a una distància determinada de les zones de sortida i arribada de remuntadors, per garantir la seguretat pròpia i la de tercers.
5. Cal seguir els consells per a les activitats i normes de seguretat en muntanya hivernal publicades en la web de la FEEC.
6. No portar animals de companyia, lligats o sense lligar, durant la pràctica de l'esquí de muntanya a les pistes d'esquí.
7. Cal consultar, prèvia a l'activitat, les indicacions relatives als punts d'accés marcats per l'estació i les característiques de la mateixa, així com les previsions meteorològiques:
  - Consultar la meteorologia i l'escala de perills d'allaus de la zona
  - Consultar les banderes de perill d'allau de l'estació
  - Cal consultar el Servei de Pistes sobre les pistes tancades i les àrees on es realitzen desencadenaments preventius d'allaus de l'estació. Si es realitzaran en les properes hores i a quines zones.
  - Cal informar-se a la web de la FEEC, a on es remetrà la informació facilitada per FCC, de les zones on habitualment s'efectuen treballs en cabrestant i també dels punts recomanats de sortida per cada estació.
8. Cal ser vigilants i prudents al fet que es poden realitzar desencadenaments preventius d'allaus durant les 24 hores del dia.
9. Evitar pistes tancades durant el període d'explotació de les estacions si el motiu del tancament pot afectar la pròpia seguretat o la de tercers.
10. A la baixada cal seguir les normes de la FIS (Federació Internacional d'Esquí)

## **Article 2 – Fora de l’horari de l’obertura al públic**

A més de les recomanacions de l’article 1, s’aplicaran les següents :

1. Cal baixar sempre pel lateral de la pista i amb velocitat reduïda per no malmetre el treball dels maquinistes.
2. Cal evitar de transitar per pistes on hi ha màquines trepitjaneu, sobretot si estan utilitzant el cabrestant, atesa l'extrema perillositat del cable.
3. Cal portar sempre un frontal encès amb bona capacitat d'il·luminació i utilitzar accessoris reflectants.
4. Cal estacionar els vehicles als espais destinats a aquest efecte.

## **Article 3**

El practicant d’esquí de muntanya que s’introdueix en una estació d’esquí és el responsable de la seva pròpia seguretat i està obligat a respectar les normes establertes en aquest annex.