

Informatiefolder

Hardloop- en fietsevenementen

Sportevenementen zoals hardloop- en fietswedstrijden brengen gezondheidsrisico's met zich mee. Denk bijvoorbeeld aan hitteberoertes en sportletsels. Daarnaast kunnen deze evenementen voor zorgen voor een verminderde bereikbaarheid voor de hulpdiensten door afsluitingen van wegen. In deze informatiefolder zijn maatregelen omschreven die de organisatie kan nemen om de veiligheid en gezondheid van de deelnemers en de omgeving te borgen.

februari 2025

Risico's op hardloop- en fietsevenementen

Hardloop- en fietsevenementen gaan altijd gepaard met gezondheidsrisico's. Niet alleen grote evenementen, maar ook kleine evenementen moeten rekening houden met:

- Blootstelling aan risicovolle weersomstandigheden. Dit kan zowel regen, onweer, wind, kou als hitte zijn.
- Sportletsel. Denk aan kneuzingen, verstuikingen of botbreuken door een valpartij.
- Onwelwordingen (bijvoorbeeld hartklachten of flauwtes) als gevolg van zware of langdurige lichamelijke inspanning.
- Een slechte bereikbaarheid van deelnemers voor hulpdiensten. Zeker als het evenement in de natuur plaatsvindt.
- Een verminderde bereikbaarheid van omwonenden voor hulpdiensten.
- Bij een calamiteit onduidelijkheid waar de deelnemer zich exact bevindt langs de route.

Evenementenzorg

- Zet altijd een mobiel team eerstehulpverleners in. Dit team moet minimaal een AED en een communicatiemiddel bij zich dragen.
- Zorg voor voldoende zorgposten langs de route. Dit is afhankelijk van de lengte van de route, de fitheid van deelnemers, de weersomstandigheden en het aantal deelnemers.
- Zet bij voorkeur eerstehulpverleners in met een specialisatie op het gebied van sportletsel.
- Zorg dat de zorgposten zijn uitgerust met middelen om deelnemers te verwarmen of af te koelen (afhankelijk van de weersomstandigheden).

Bereikbaarheid

Op veel hardloop- en fietsevenementen wordt het parcours (tijdelijk) afgezet voor verkeer. Het voordeel hiervan is dat deelnemers niet in aanraking kunnen komen met voertuigen of andere weggebruikers. Maar het afsluiten van wegen heeft wel gevolgen voor de bereikbaarheid van de hulpdiensten. Dit geldt ook voor incidenten die niet gerelateerd zijn aan het evenement. Wij adviseren organisatoren dan ook maatregelen te treffen om de bereikbaarheid van hulpdiensten te borgen. Een aantal tips:

- Zorg voor een duidelijke instructie/werkwijze voor verkeersregelaars in het geval een hulpverleningsvoertuig zich met spoed onverwacht meldt bij een verkeersafzetting.
- Vermeld indien er een ambulance wordt aangevraagd duidelijk dat het om een evenement gaat en hoe de ambulance het beste aan kan rijden richting het slachtoffer.
- Zorg voor een veilige doorgang van hulpverleningsvoertuigen met spoed die het afgesloten parcours moeten betreden. Leg indien nodig de wedstrijd stil of zorg voor een neutralisatie.
- Zorg voor een veilige werkomgeving indien hulpdiensten op het afgesloten parcours werkzaamheden moeten verrichten. Dat kan betekenen dat het evenement (tijdelijk) stil gelegd moet worden.

Overige maatregelen

Naast de inzet van evenementenzorg en het borgen van de bereikbaarheid is het verstandig een aantal andere maatregelen te treffen. Voorbeelden hiervan zijn:

- Zorg dat deelnemers onderweg op voldoende plekken water kunnen bijvullen en eventueel wat kunnen eten.
- Monitor het weer actief, zowel voor als tijdens het evenement. Tref eventueel aanvullende maatregelen. Zie hiervoor onze informatiefolder 'Risicovolle Weersomstandigheden'.
- Werk met een rasterkaart. Hiermee kan eenvoudig onderling worden gecommuniceerd over de locatie van een eventueel slachtoffer.
- Voorzie de deelnemers vooraf van voldoende informatie. Denk hierbij bijvoorbeeld aan:
 - ➔ De locatie van EHBO-posten.
 - ➔ Belangrijke telefoonnummers.
 - ➔ Kledingadviezen.
 - ➔ Tips betreft het meenemen van voldoende water en eten.

Meer informatie

Deze folder is een uitgave van GHOR Gelderland-Midden. Heeft u nog vragen of wilt u meer weten? Neem dan contact op met GHOR Gelderland-Midden via het e-mailadres: ghor@vggm.nl.

**GHOR Gelderland-Midden is onderdeel van de Veiligheids- en Gezondheidsregio
Gelderland-Midden**



GHOR Gelderland-Midden

Postbus 5364
6802 EJ ARNHEM
T 0800 8446 000
E ghor@vggm.nl
I www.vggm.nl

