

Informatiefolder

Survival- Mud en Obstakel Runs

Een survival-, mud- of obstacle run is een hardloopevenement waarbij de deelnemers onderweg diverse obstakels tegenkomen. Tijdens een survivalrun moeten de obstakels worden genomen, bij mud- en obstacleruns mogen de obstakels worden genomen. Deze runs zijn nooit zonder risico's. Er is bijvoorbeeld een hoog risico op letsels zoals kneuzingen en botbreuken. Daarnaast bestaat de kans op het oplopen van infectieziekten zoals een maag-/darminfectie.

februari 2025

Praktische tips

- Stel drinkwater beschikbaar. Dit kan met behulp van watertappunten langs het gehele parcours. Het aantal watertappunten hangt af van de zwaarte van het parcours en de weersomstandigheden. Een ander alternatief is flesjes/bekertjes water uitdelen bij de verzorgingsposten.
- Informeer bezoekers vooraf over de risico's en voorzorgsmaatregelen die bezoekers kunnen nemen.
- Informeer deelnemers dat zij identificeerbaar moeten zijn en dat bekend moet zijn wie er in geval van nood gewaarschuwd kan worden.
- Zorg dat de meest risicovolle obstakels op goed bereikbare plaatsen staan voor hulpverleningsvoertuigen.
- Controleer of de obstakels voorzien zijn van een keurmerk.
- Plaats obstakels waar deelnemers van af kunnen vallen niet op een harde ondergrond of in ondiep water.
- Zorg dat bij elk obstakel iemand aanwezig is die in directe verbinding staat met de evenementenzorg.
- Gebruik voor modderbakken alleen schoon water, zand en/of grond.
- Zorg voor voldoende voorzieningen om deelnemers met water van drinkwaterkwaliteit af te kunnen spoelen na de run.

Evenementenzorg en voorzieningen

- Er moet altijd een zorgpost aanwezig zijn op het evenemententerrein (zie ook onze informatiefolder over de Veldnorm Evenementenzorg).
- Zorg dat er altijd een mobiel team evenementenzorgverleners aanwezig is.
- Overweeg zeker bij grotere survival-, mud- of obstakelruns de inzet van zorgprofessionals. Vraag hierover advies bij de evenementenzorgorganisatie. Uiteindelijk zal de gemeente altijd advies vragen bij de GHOR over de benodigde medische inzet.
- Het hele parcours moet voor de evenementenzorg binnen 5 minuten bereikbaar zijn. Dit kan bijvoorbeeld worden gerealiseerd door evenementenzorgverleners per fiets of per auto in te zetten.

Meer informatie

Deze folder is een uitgave van GHOR & GGD 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 en GGD Gelderland-Midden
zijn onderdeel van de Veiligheids- en Gezondheidsregio Gelderland-Midden



GHOR / GGD Gelderland-Midden

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

