

ENVIADO POR
LukiLeu

ON
10/02/2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Normas en el agua



Este artículo contiene las normas de natación, río y hielo del SLRG.

Aquí encontrarás información sobre cómo planificar una actividad acuática.

Normas de natación

1. Sólo permita que los niños entren en el agua bajo supervisión - ¡mantenga a los niños pequeños a mano!
2. No entre nunca en el agua bajo los efectos del alcohol o las drogas Nunca nades con el estómago lleno o completamente vacío.
3. No te tires nunca al agua con demasiado calor - El cuerpo necesita tiempo para adaptarse.
4. No te lances a aguas turbias o desconocidas - Lo desconocido puede albergar peligros.
5. Los colchones de aire y las ayudas a la flotabilidad no deben utilizarse en aguas profundas - No ofrecen seguridad.
6. Nunca nades largas distancias solo - Incluso el cuerpo mejor entrenado puede debilitarse.

Normas fluviales

1. Los usuarios de embarcaciones neumáticas deben ir equipados con un chaleco salvavidas
2. No debe superarse la carga útil indicada en la embarcación.
3. No ate las embarcaciones entre sí - Ya no son maniobrables
4. Los tramos de río desconocidos deben explorarse antes de viajar
5. Sólo los nadadores buenos y experimentados deben aventurarse en aguas abiertas (ríos, estanques y lagos).
6. La hipotermia puede provocar calambres musculares. Cuanto más fría esté el agua, más corta será la estancia en ella

Normas sobre el hielo

1. Entra en superficies de hielo sólo si han sido autorizadas por las autoridades.
2. Los equipos de rescate (escaleras, pértigas, anillas, pelotas, cabos, etc.) no son juguetes.

3. Deben respetarse estrictamente las instrucciones de los organismos reguladores y de las autoridades.
4. Si se forman grietas debido al inicio del deshielo, deben evitarse las concentraciones masivas.
5. ¡Auto-rescate en caso de hielo! - Extienda los brazos inmediatamente e intente salir en la misma dirección por la que ha venido.
6. ¡Colapso por hielo! - Alerte inmediatamente a otros socorristas y acérquese a la víctima sólo en decúbito prono con un dispositivo de rescate.

Prueba de la fuente

Todas las normas han sido publicadas por la SLRG (Asociación Suiza de Salvamento).

Créditos de las imágenes

- Imagen de portada: © Thommy Weiss / pixelio.de

Weitere Informationen

Categorías
Tecnología y actividades al aire libre

Etiquetas
Правилата
Сигурност
Вода
Planificación
Инструкции

Edad
No hay datos disponibles.

Número de participantes
No hay datos disponibles.

Biblia
Falta esta información.

Duración
No hay datos disponibles.

Material
Ninguno

Descarga de archivos
No hay descargas de archivos

KI Generierter Inhalt
Contenido
Categorías
Etiquetas
Edad
Número de participantes
Biblia
Duración
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/es/wiki/art/normas-en-el-agua