

 <p>GRAN RAID delle Prealpi Trevigiane</p>	<p>Memorizza sul tuo telefono: +39 380 684 8865 (Gran Raid. Direzione gara) +39 118 (emergenza sanitaria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • In caso di infortunio, malore o stanchezza, osserva queste regole. • Valuta attentamente la situazione. • Non allertare i soccorsi inutilmente.
--	---

Cosa succede	Cosa faccio
<p>Ho avuto un lieve infortunio/malore ma riesco a muovermi.</p>	<p>Raggiungo un cancello e comunico al responsabile il mio ritiro. Sarò portato all'arrivo dopo la chiusura del cancello.</p> <p>OPPURE</p> <p>Non riesco a raggiungere il cancello: raggiungo un punto di ristoro, mi fermo ed invio un SMS alla direzione gara comunicando nome, cognome, pettorale e "mi sono ritirato". Chiedo assistenza al ristoro per il trasporto all'arrivo.</p> <p>OPPURE</p> <p>Non riesco a raggiungere un punto di ristoro, mi mantengo sul percorso, attendo le scope.</p>
<p>Sono esausto oppure ho avuto un infortunio/malore serio.</p> <p>Sono in stato di shock.</p> <p>Sono in pericolo.</p> <p>Non riesco a muovermi o mi muovo a fatica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Telefono al 118, se necessario. • Mi mantengo sul percorso cercando di stare o portarmi in posizione visibile. • In caso di maltempo cerco di portarmi in posizione riparata (rimanendo sul percorso). • Se possibile comunico le mie coordinate geografiche (reperibili da smartphone [WhatsApp->Allega->Posizione->Condividi posizione attuale] o apparecchio GPS) al numero + 39 380 684 8865 (Gran Raid. Direzione gara), assieme al mio numero di pettorale e al mio nome e cognome. • Uso il materiale obbligatorio per evitare o ridurre i danni. • Uso la coperta termica di emergenza (lato argento all'interno, vicino al corpo, per preservare il calore. Lato oro all'interno per difendermi dai raggi solari ed evitare un colpo di calore). • Segnalo la mia posizione con fischiello e/o lampada e/o specchietto.