

MUD- EN OBSTACLE RUNS (ORGANISATOR)

Een Mud- en Obstacle Run is nooit zonder risico's. De gezondheid en veiligheid van de deelnemers kunnen gevaar lopen. Er is bijvoorbeeld een hoog risico op letsel zoals kneuzingen en botbreuken. Daarnaast bestaat de kans op het oplopen van infectieziekten zoals leptospirose of gastro-enteritis (maag/darminfectie).

OM WIE GAAT HET?

De gezond- en veiligheidsrisico's zijn van toepassing op alle deelnemers aan mud- en obstacle runs.

WAT KUNT U DOEN?

Om risico's te beperken raden wij de volgende maatregelen aan:

Obstakels en route

- Zorg dat de meest risicovolle obstakels op goed bereikbare plekken staan. Dus ook goed bereikbaar voor een ambulance.
- Plaats obstakels waar deelnemers van af kunnen vallen (zoals Monkey Bars) niet op een harde ondergrond (zoals beton of stenen) of in ondiep water.
- Laat de obstakels keuren op veiligheid (officiële keuringsinstanties ontbreken).
- Bij elk obstakel moet iemand van de organisatie aanwezig zijn die in directe verbinding staat met de medisch coördinator van het evenement.
- Gebruik voor het creëren van modderbakken alleen schoon water en zand/grond.
- Bekijk de route goed op overige gevaren zoals berenklaauwen, eikenprocessierups, teken etc. Neem hiervoor contact op met de boswachter of gebiedsbeheerder.
- Verwijder vee, minimaal twee weken voorafgaand aan de run, van het parcours. Verwijder ook alle zichtbare uitwerpselen. U verkleint hiermee het risico van besmetting via dierlijke uitwerpselen.

- Zorg voor een lijst waarop is aangegeven welke obstakels onder bepaalde weersomstandigheden gesloten worden (bijvoorbeeld hoge windsnelheden en dreigend onweer).

Medische hulpverlening

- Zorg voor een EHBO-post met voldoende materiaal.
- Zorg voor voldoende eerstehulpverleners en/of zorgprofessionals. De eerstehulpverleners en/of zorgprofessionals moeten over het gehele parcours binnen 5 minuten inzetbaar zijn.
- Wanneer deelnemers letsel oplopen, registreer dan bij welk obstakel dit gebeurt en om welk type letsel het gaat. Stel van tevoren vast bij hoeveel personen met letsel een obstakel wordt gesloten.

Persoonlijke veiligheid en gezondheid

- Informeer deelnemers over de risico's en over voorzorgsmaatregelen die zij zelf kunnen nemen.
- Zorg ervoor dat deelnemers identificeerbaar zijn en dat hun contactgegevens beschikbaar zijn: wie te bellen bij nood? Dit kan middels een polsbandje of chip.
- Zorg langs het gehele parcours voor voldoende watertappunten. Het aantal hangt af van de zwaarte van het parcours, de conditie van de deelnemers en de weersomstandigheden.
- Wordt er voedsel verstrekt gedurende

de run? Reik dit dan in gesloten portieverpakkingen uit. Dus bijvoorbeeld geen grote bakken met gesneden fruit. Zorg voor handenwasgelegenheid met zeep of handenalkohol op voedsel uitgiftepunten.

- Zorg voor een afspoelpunt met stromend en schoon water aan het einde van het parcours (verplicht).
- Zorg voor voldoende toiletvoorzieningen, inclusief water, zeep en papieren handdoekjes.
- Zorg bij koude weersomstandigheden voor een opwarmplek voor de deelnemers, bijvoorbeeld in een afgesloten ruimte met verwarming.

MEER INFORMATIE

Voor meer informatie kunt u terecht bij:

GGD Gezondheid, Milieu en Veiligheid
088-3687800
milieu@ggdgm.nl

[Handreiking voor evenementen in, op, met, boven en rondom water | STOWA](#)

[Checklist hygiëne mud-/obstacle-/survivalrun | RIVM](#)

[Mud- en obstacle run - GGD Hart voor Brabant \(gghvb.nl\)](#)