

Ohud, nende vältimine ja õnnetustele reageerimine rogaini maailmameistrivõistlustel

1. Rogainil osalemisega seotud ohud

Rogainil osamine on seotud tavapärasest kõrgema ohuga! Rogaini käigus võib juhtuda traumasid ja terviserikkeid või õnnetuse tagajärjel surma saada. Näiteid ohtudest, mis võivad lõppeda trauma, terviserikke või surmaga:

1.1. Looduses liikumisega kaasnevad ohud:

1.1.1. Võistlejal on oht ära eksida.

1.1.2. Võistlejal on oht sattuda metslooma, kodulooma või karilooma rünnaku ohvriks või saada rästikult hammustada.

1.1.3. Võistlejal on oht saada putukalt nõelata või hammustada. On inimesi, kellel võib putukahammustus põhjustada eluohtlikult ägeda allergilise reaktsiooni. Putukahammustusest võib saada haiguse.

1.1.4. Võistlejal on oht sattuda jahi pidamise alasse, kuigi korraldajad on kooskõlastanud võistluse kohalike jahiseltsidega.

1.1.5. Võistlejal on oht saada vigastusi puuokstest ja mahalangenud puudest.

1.1.6. Võistleja võib looduses liikudes saada traumasid, mis muudavad inimese liikumisvõimetuks.

1.2. Inimtegevuse jäätmete ja rajatistega seotud ohud:

1.2.1. Võistlejal on oht kokku puutuda klaasikildude, okastraadi, naelte, teravike, prügi, plekiservade ja muu sellisega.

1.2.2. Võistlejal on oht saada elektrilöök pinge all olevast elektrikarjusest.

1.3. Avalikel teedel liikumisega kaasnevad ohud:

1.3.1. Liiklust avalikel teedel ei suleta ja ei reguleerita võistluse ajal. Võistlejal on oht kokku põrgata teel liikuva sõidukiga.

1.4. Veekogudega seotud ohud:

1.4.1. Võistlejal on oht uppuda oja, kraavi, järve, soo või muu veetakistuse läbimisel.

1.4.2. Võistlejal on oht alajahtuda veetakistuse läbimisel või läbimise tagajärjel.

1.4.3. Võistlejal on oht vajuda mutta või laukasse, mis muudab inimese liikumisvõimetuks. Mutta või laukasse vajumine võib lõppeda uppumisega.

1.5. Pika võistlusajaga seotud ohud:

1.5.1. Võistleja südame-veresoonkond on võistlusel suure koormuse all. Võistlejal on oht saada südamerike.

1.5.2. Võistlejal on oht saada ülekoormusvigastusi lihastele, liigestele, luudele ja nahale.

1.5.3. Võistlejal on oht sattuda vedelikupuudusesse.

1.5.4. Võistlejal on oht sattuda süsivesikute puudusesse.

1.5.5. Võistlejal on oht alajahtuda.

1.5.6. Ööpäev läbi kestav võistlus on väga kurnav. Võistlejal on oht kojusõidul magama jääda. Juhul kui see juhtub autoroolis, on võistlejal suur oht sattuda liiklusõnnetusse.

1.6. Rogainiga seotud muud ohud:

1.6.1. Rogaini käigus võib võistleja sattuda ennenägematusse ja ülalpool kirjeldamata ohuolukorda.

1.6.2. Mitmeid ülalpool kirjeldatud ohte suurendavad oluliselt hämarik ja ööpimedus ning halvad ilmastikuolud (tuul, vihm ja madal õhutemperatuur).

2. Ohtude vältimine ja riskide vähendamine

2.1. Võistleja on kohustatud ise hindama riske ja ohte ning oma võimeid nende ohtudega toime tulla võistlusraja läbimisel.

2.2. Võistleja on kohustatud loobuma rajalõigu läbimisest kui ta tunneb, et rajalõiku ei saa läbida piisavalt turvaliselt. Riskide hindamisel peab võistleja lähtuma reaalsest situatsioonist looduses, mitte kaardil kajastatud informatsioonist, sest kaart ei pruugi adekvaatselt kajastada rajalõikudega seotud riske.

2.3. Võistleja peab riskantse rajalõigu läbimise ettevõtmisel arvestama, et kuna võistlusmaastik on suur, etapid pikad ja võistkonna liikumistrajektorid vabalt valitav, siis võib korraldaja poolse abi osutamine hädaolukorda või õnnetusse sattumisel võtta aega.

2.4. Võistleja on kohustatud liikuma koos võistkonnakaaslastega. Võistkonnakaaslastel saavad üksteist hoiatada ilmnunud ohtudest ja üksteist julgustada ohtlike rajalõikude läbimisel.

- 2.5. Võistlejal on soovitatav kanda kaasas kompassi ja jälgida päikse või kuu suunda.
- 2.6. Võistlejal on soovitatav kanda kaasas veevaru.
- 2.7. Võistlejal on soovitatav kanda kaasas energiarikast toitu.
- 2.8. Võistlejal on soovitatav riietuda ilmastikukindlalt ja vajadusel kanda kaasas lisarõivaid. Samuti on soovitatav kanda kaasas termokilet.
- 2.9. Pika võistluse korral on võistlejal soovitatav peale võistlust enne kojusõitu korralikult välja puhata.
- 2.10. Võistlejal on soovitatav omada võistlusspordis osalemist katvat tervisekindlustust.

3. Õnnetustele reageerimine

Juhul kui võistlejal juhtub trauma või terviserike, mis muudab ta liikumisvõimetuks ja/või nõuab kiiret meditsiinilist abi, siis:

- 3.1. Esimesena jõuavad õnnetuspaigale tõenäoliselt võistkonnakaaslased.
- 3.2. Võistkonnakaaslaste ja kaasvõistlejate kohustuseks on võimalikult kiiresti teavitada õnnetusest korraldajaid.
 - 3.2.1. Võistkonnal on soovitatav kanda kaasas veekindlalt pakitud mobiiltelefoni, kuhu on salvestatud korraldaja kontaktnumber +372 56159998. Tuleb arvestada, et mobiilside levi loodusmaastikul võib olla halb või puududa.
 - 3.2.2. Juhul kui võistkond ei saa korraldajaga ühendust, siis:
 - 3.2.2.1. Kui kannatanu seisund seda lubab, läheb võistkonnakaaslane lähimasse talusse või maanteele sidevahendit otsima, et korraldajaga ühendust võtta.
 - 3.2.2.2. Kui kannatanu seisund ei võimalda tema juurest lahkuda, annab võistkonnakaaslane vilega hädasignaali, et kutsuda appi teisi võistkondi ja nende abil võtta ühendust korraldajaga.
- 3.3. Sõltuvalt olukorrast, korraldaja organiseerib:
 - 3.3.1. Kiirabi kohalesaabumise.
 - 3.3.2. Kannatanu transpordi võistluskeskusesse.
 - 3.3.3. Juhul kui kannatanu transport ei ole võimalik, siis võistluskeskuse meditsiinitöötaja jõudmise kannatanu juurde ja/või kiirabi jõudmise kannatanu juurde. Võistleja peab arvestama, et kiirabi saabumine raskesti ligipääsetavale maastikule võtab palju aega.

4. Võistleja kinnitus

- 4.1. Olen põhjalikult tutvunud käesoleva dokumendiga ja mõistan, et rogainil osaledes võin saada trauma, terviserikke või saada surma.
- 4.2. Teen kõik endast oleneva, et ohte vältida ja riske vähendada.
- 4.3. Võistkonnaliikme või kaasvõistleja õnnetusjuhtumi korral abistan kannatanut ja informeerin juhtunust korraldajaid.
- 4.4. Kinnitan, et osalen TAOK poolt korraldatud rogaini maailmameistrivõistlustel isiklikul vastutusel.

.....
EESNIMI JA PEREKONNANIMI TRÜKITÄHTEDEGA

.....
KUUPÄEV

.....
ALLKIRI