

## MUD EN OBSTACLE RUNS

### Algemeen:

Een Mud- en Obstacle run is nooit zonder risico's. Er zal altijd gevaar zijn voor de gezondheid en veiligheid voor de deelnemers. Zo is er 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 de bovenstaande risico's te beperken worden de volgende maatregelen geadviseerd:

### Obstakels en Route:

- Plaats de meest risicovolle obstakels op goed bereikbare locaties (ook goed bereikbaar voor een ambulance).
- Plaats obstakels waar deelnemers vanaf kunnen vallen (zoals Monkey Bars) niet op een harde ondergrond (zoals beton of stenen) of in ondiep water.
- Laat de obstakels keuren op veiligheid.
- Bij elke obstakel dient een medewerker aanwezig te zijn met een directe verbinding 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).
- Vee dient minimaal twee weken voorafgaand aan het parcours verwijderd te worden. Verwijder ook alle zichtbare uitwerpselen. Dit om het risico van besmetting via dierlijke uitwerpselen te verkleinen.
- Er dient een lijst beschikbaar te zijn waarop is aangegeven welke obstakels gesloten worden onder bepaalde weersomstandigheden ( bijvoorbeeld hoge windsnelheden en dreigend onweer).

### Medische hulpverlening:

- Er dient altijd een EHBO-post aanwezig te zijn met voldoende materiaal.
- Er dienen voldoende EHBO-ers en minimaal één ALS-team (bestaande uit één ambulanceverpleegkundige en -chauffeur) aanwezig te zijn. *De GHOR zal voor dit type evenement altijd maatwerkadvies leveren.*
- De EHBO-ers en het ALS-Team moeten over het gehele parcours binnen 5 minuten inzetbaar zijn.
- Registreer bij welk obstakel welk type letsel wordt opgelopen. Bedenk van te voren bij hoeveel personen met letsels een obstakel wordt gesloten.

### Persoonlijke veiligheid en gezondheid:

- Informeer deelnemers over de risico's en maatregelen die zij kunnen nemen bij deelname aan een Mud of Obstacle run. Gebruik hiervoor de factsheet van de GGD/GHOR "Preventie Maatregelen voor Deelnemers van een Mud of Obstacle run".
- De deelnemers dienen identificeerbaar te zijn en contactgegevens moeten beschikbaar zijn. Wie te bellen bij nood? Dit kan middels een polsbandje of chip.
- Langs het gehele parcours moeten voldoende watertappunten aanwezig zijn. Het aantal hangt af van de zwaarte van het parcours, conditie van de deelnemers en de weersomstandigheden.
- Eventueel voedsel wat beschikbaar is gedurende de run dient in gesloten portieverpakkingen uitgereikt te worden (geen grote bakken met gesneden fruit). Ook dient bij een voedselvoorziening een handenwasgelegenheid met zeep of handen alcohol aanwezig te zijn (voor de bereiders, uitdelers en eventueel ook voor de deelnemers).
- Verplicht afspoelpunt met stromend en schoon water aan het einde van het parcours.
- Aanwezigheid van voldoende toiletvoorzieningen inclusief zeep en papierenhanddoekjes.
- Zorg bij koude weersomstandigheden dat de deelnemers ergens kunnen opwarmen, bijvoorbeeld in een afgesloten ruimte met verwarming.

**Meer weten?**

Voor meer informatie neem contact op met:

Afdeling Gezondheid, Milieu & Veiligheid GGD'en Brabant  
tel. 0900 - 368 68 68  
[milieu@ggd-bureaugmv.nl](mailto:milieu@ggd-bureaugmv.nl)

Veiligheidsregio Brabant-Zuidoost  
Afdeling GHOR, evenementen  
Tel. 040-2203203  
[evenementen@vrbzo.nl](mailto:evenementen@vrbzo.nl)