



Mud-, obstacle- en survivalruns

Aan mud- en obstacle runs zijn altijd risico's verbonden. Het risico op letsel, zoals kneuzingen en botbreuken, is verhoogd. Daarnaast bestaat er kans op infectieziekten door ziekteverwekkers in natuurwater of modder, zoals leptospirose (ziekte van Weil), zwemmersjeuk of oog-, oor- en maagdarminfecties.

Medische hulpverlening

- Een hulpverlener moet binnen 5 minuten inzetbaar zijn op elk punt van het parcours
- Bij letsel van deelnemers is registratie noodzakelijk van het betreffende obstakel en het type letsel. Stel van tevoren vast bij hoeveel personen met letsel een obstakel wordt gesloten.

Advies over het parcours

Voor alle vernevelende waterinstallaties moet een risicoanalyse worden opgesteld, een beheersplan worden uitgevoerd en een logboek worden bijgehouden. Dit borgt een goede legionellapreventie bij vernevelende (tijdelijke) waterinstallaties.

- De plaatsing van obstakels waar deelnemers vanaf kunnen vallen (zoals Monkey Bars) dient niet op harde ondergrond (zoals beton of stenen) of in ondiep water plaats te vinden
- De obstakels moeten een veiligheidskeuring ondergaan
- Bij elk obstakel moet een medewerker van de organisatie aanwezig zijn met directe verbinding met de inzetcoördinator van het evenement
- Voor modderbakken is alleen water van drinkwaterkwaliteit en schoon zand/schone grond toegestaan
- Informeer bij de grondeigenaar of er mogelijk bronnen van verontreiniging van het wateroppervlak aanwezig zijn op het parcourssterrein

- De route moet gecontroleerd worden op overige gevaren, zoals berenklauwen, eikenprocessierups en teken. Hierover dient afstemming plaats te vinden met de boswachter of gebiedsbeheerder
- Bij gebruik van een grasveld waar normaal vee graast, gelden de volgende voorwaarden:
 - Het vee moet minimaal twee weken voor het evenement worden verplaatst om besmettingsrisico's via dierlijke uitwerpselen te beperken
 - Het veld moet voorafgaand aan het evenement gecontroleerd en vrijgemaakt worden van eventuele uitwerpselen
 - Tijd
- Er moet een lijst beschikbaar zijn waarop is aangegeven welke obstakels onder bepaalde weersomstandigheden gesloten worden (bijvoorbeeld hoge windsnelheden en dreigend onweer)
- Controleer van tevoren of het water waar het parcours is uitgezet goedgekeurd is als officieel zwemwater. Voor Flevoland en Gooi en Vechtstreek is dit te zien op ofgv.nl of op zwemwater.nl
- Het gebruik van sloten of andere niet-aangewezen zwemlocaties wordt afgeraden. Indien dit toch noodzakelijk is, dienen watermonsters te worden uitgevoerd in overleg met Waterschap Zuiderzeeland of waterschap Amstel, Gooi en Vecht. De GGD kan via telefoonnummer 088-0029910 (tijdens kantooruren) adviseren over de uitslagen

Persoonlijke veiligheid en gezondheid

- De organisatie dient een risicoanalyse uit te voeren van de infectierisico's en bijbehorende preventie- en beheersmaatregelen. De STOWA-Handreiking voor evenementen in, op, met, boven en rondom water biedt hiervoor een leidraad
- Alle deelnemers moeten identificeerbaar zijn met beschikbare contactgegevens, waaronder minimaal een noodtelefoonnummer. Polsbandjes kunnen hiervoor worden ingezet
- Het parcours moet voorzien zijn van voldoende watertappunten. Drinkwater is verplicht bij elk rustpunt op het parcours, bij de finish en bij de douchegelegenheden
- Bij verstrekking van voedsel tijdens de run geldt: uitdelen in gesloten portieverpakkingen en aanwezigheid van handenwasgelegenheden bij de uitgiftepunten
- Een afspoelpunt met schoon stromend water is verplicht aan het einde van het parcours
- Het evenement moet beschikken over voldoende toiletvoorzieningen inclusief faciliteiten voor handen wassen met water en zeep
- Bij koude weersomstandigheden is een verwarmde, afgesloten ruimte voor deelnemers vereist

Voor de deelnemers is [voorlichting over zelftrefmaatregelen](#) beschikbaar via de campagne Run dirty, stay healthy.

Natuurwater

Het gebruik van natuurwatervoorzieningen tijdens evenementen brengt gezondheidsrisico's met zich mee. Natuurlijk aanwezige bacteriën, virussen of parasieten kunnen gezondheidsklachten veroorzaken. Bij gebruik van natuurwatervoorzieningen is raadpleging van de factsheet over natuurwater voor aanvullende informatie noodzakelijk.

Meer informatie

- [Omgevingsdienst Flevoland en Gooi en Vecht](#)
- [Zwemwater.nl](#)
- [STOWA-handreiking](#)
- [Campagne zelftrefmaatregelen](#) – Run dirty, stay healthy
- [Factsheet Natuurwater](#)

Colofon

Dit is een document van GHOR Flevoland & Gooi en Vechtstreek. Mail bij vragen of voor meer informatie naar: evenementen@ghorfgv.nl.