

NORMAS DE USO Y SEGURIDAD

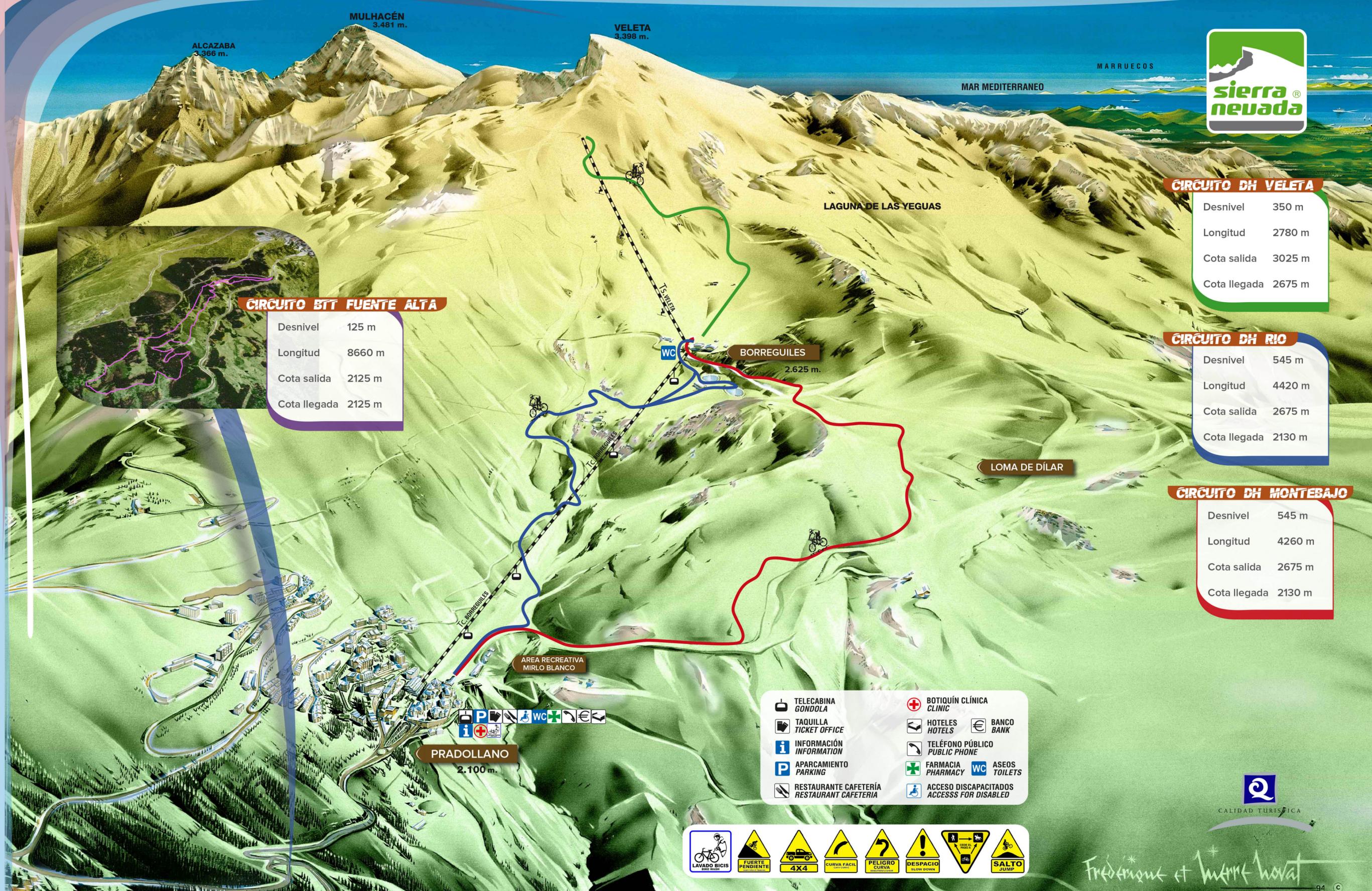
- 1 Monta únicamente en caminos permitidos. Sigue el camino establecido. Respeta la propiedad privada y las prohibiciones. Entrate en los Ayuntamientos, sobre cuales son las limitaciones existentes para el libre paso por la zona.
- 2 No dejes huellas de tu paso. Trata de no dejar huella, controlando la frenada y evitando los derrapes. El derrape produce una erosión innecesaria del terreno. No arrojes basura.
- 3 Controla tu bicicleta. Adapta tu velocidad a las condiciones del camino y a la visibilidad. El control te permitirá evitar accidentes y derrapes.
- 4 Cede siempre el paso a otros usuarios. La base de la convivencia entre ciclistas y peatones reside en ceder el paso. Avisa de tu llegada con tiempo y reduce la velocidad hasta pararte si es necesario.
- 5 Nunca espantes a los animales. Estas en su medio, y posiblemente no estén acostumbrados a tu presencia. Sé respetuoso y no hagas ruido innecesariamente. Vuelve a cerrar las verjas que cruces.
- 6 Planifica tu salida. Especialmente en caso de hacerlo por alta montaña, debes ser autosuficiente en todo momento, y conocer tu nivel (físico y técnico), el equipamiento, y la bicicleta (mantenla en buen estado), escogiendo el recorrido en función de todo ello.
- 7 Utiliza siempre el casco. Úsalo siempre por tu seguridad y la de los que te acompañan.
- 8 No utilices auriculares. Disfruta de los sonidos de la naturaleza y advierte posibles peligros.

SIERRA NEVADA INFORMA

- 1 El usuario del Bike Park asume íntegramente el riesgo que conlleva las disciplinas BTT. Cetursa Sierra Nevada SA no se hace responsable de ningún tipo de daño o accidente que se ocasione el practicante o que cause a terceros.
- 2 La modalidad de descenso se realiza exclusivamente por los circuitos del Bike Park acondicionados y señalizados para esta actividad, estando prohibida su práctica fuera de los mismos.
- 3 Antes de salir, revisa tu bicicleta, infórmate del estado de los circuitos del Bike Park.
- 4 Infórmate de la previsión meteorológica, hidrátate frecuentemente y protégete del sol.
- 5 Si te ves involucrado en un accidente o lo has presenciado, permanece en el lugar, atiende al accidentado y llama al 112 (teléfono de emergencias).

RESPECTA EL MEDIO AMBIENTE

- 1 La práctica de cualquier actividad deportiva tiene su impacto en el medio ambiente. Es importante que los propios deportistas sean conscientes de la importancia de minimizar sus impactos en el medio natural mediante conductas correctas.
- 2 Colabora activamente en acciones de mantenimiento de los circuitos.
- 3 Recuerda que estás dentro de un espacio natural en el que la naturaleza está protegida.



CIRCUITO BTT FUENTE ALTA

Desnivel	125 m
Longitud	8660 m
Cota salida	2125 m
Cota llegada	2125 m

CIRCUITO DH VELETA

Desnivel	350 m
Longitud	2780 m
Cota salida	3025 m
Cota llegada	2675 m

CIRCUITO DH RIO

Desnivel	545 m
Longitud	4420 m
Cota salida	2675 m
Cota llegada	2130 m

CIRCUITO DH MONTEBAJO

Desnivel	545 m
Longitud	4260 m
Cota salida	2675 m
Cota llegada	2130 m

TELECABINA GONDOLA	BOTIQUÍN CLÍNICA CLÍNICA
TAQUILLA TICKET OFFICE	HOTELES HOTELS
INFORMACIÓN INFORMATION	TELÉFONO PÚBLICO PUBLIC PHONE
APARCAMIENTO PARKING	FARMACIA PHARMACY
RESTAURANTE CAFETERÍA RESTAURANT CAFETERIA	ASEOS TOILETS
	ACCESO DISCAPACITADOS ACCESS FOR DISABLED

LAVADO BICIS BIKE WASH	FUERTE PENDIENTE	4X4	CURVA FACIL	PELIGRO CURVA	DESPACIO SLOW DOWN	NO PERRO	SALTO JUMP
------------------------	------------------	-----	-------------	---------------	--------------------	----------	------------