

- Condiciones atmosféricas
- Condiciones de los participantes
- Falta de material necesario

2.6.3. EVALUACIÓN:

Al acabar la marcha siempre es bueno

realizar: Recuento de participantes

Recogida, recuento y repaso del material

Recoger basura (también durante)

- Análisis de la actividad por los participantes y organizadores para aprender de los errores, solventando futuros problemas, y reconocer los aciertos.

2.7. EQUIPO Y MATERIAL NECESARIO PARA EL SENDERISMO.

Llamamos equipo a todos aquellos elementos que intervienen directamente en la protección de los participantes contra unas condiciones ambientales desfavorables. La altitud y época del año influye muy directamente en el equipo a llevar en una marcha. La vestimenta ha de ser cómoda, flexible, fuerte y resistente, vistosa, de pocas piezas y costuras. Hoy en día las fibras sintéticas están desplazando a las naturales.

El calzado lo constituirán las zapatillas o botas tipo trekking (flexibles, suela dura y protegen el tobillo). En su defecto zapatillas deportivas (atención a los recorridos muy largos o abruptos).

El pantalón será preferiblemente largo y cómodo; en verano también será largo si recorremos umbrías o zona de matorral alto (recomendamos pantalones desmontables para esta época).

La camisa será de manga larga (corta si hace calor) con bolsillos y cuello, llevando encima el forro polar, jersey, anorak o impermeable según las circunstancias.

En montaña siempre llevaremos ropa de abrigo y algo impermeable.

Las fibras naturales (algodón, lana) tienen el inconveniente de que tardan en secarse, con lo que están siendo sustituidas por las fibras sintéticas como el polipropileno (permite la transpiración, secando rápidamente). En general se tratará de ropa ni muy amplia ni muy ajustada.

Para manos y cabeza en invierno usaremos guantes y gorro (gorra en verano).

Para la lluvia tendremos el chubasquero o la capa impermeable. Es importante no olvidar las gafas de sol (nieve 1 verano), así como el protector solar y labial con filtro.

Llevaremos una pequeña mochila, donde podemos incluir: calcetines, camiseta, comida, pequeño botiquín, chubasquero, cámara de fotos, cuaderno de notas, prismáticos, bolsa de basura, cantimplora, mapa y brújula).