

CARGAS ALARGADAS

A- LEVANTAR Y TRANSPORTAR



B- PONER SOBRE EL HOMBRO Y TRANSPORTAR (Movimientos 1,2 y 3 igual que en el caso A)



Recuerda inspeccionar la carga, su forma, tamaño y peso. Cuando el peso de la carga resulte excesivo, o las dimensiones de la carga lo aconsejen, no dudes en **pedir ayuda a un compañero**. Utiliza en lo posible carretillas u otros medios mecánicos de transporte.

C- LEVANTAR, TRANSPORTAR Y DEPOSITAR SOBRE UNA MESA O BANCO (Movimientos 1 y 2 igual que en el caso A)

