

10 CONSEJOS

PARA QUE EL ESQUÍ
SIGA SIENDO UN
PLACER



PREVENCIÓN
INVIERNO



Visite:

www.preventionhiver.sports.gouv.fr

MATERIAL

Mi casco y mis fijaciones están bien ajustados y los ha comprobado un profesional.

TIEMPO

Conozco las condiciones meteorológicas, el estado de la nieve y el riesgo de avalanchas del día.

PREPARACIÓN

Realizo un calentamiento antes de iniciar la primera pendiente.

CAPACIDADES

Elijo las pistas y adapto la velocidad a mi forma física.

SEÑALIZACIÓN

Respeto la señalización de las pistas y los remontes mecánicos.

TRAYECTORIAS

Cuando me incorporo a una pista, no obstaculizo las trayectorias de otros esquiadores.

PRIORIDAD

Los esquiadores situados por debajo son prioritarios.

RESPECTO

Mi velocidad y trayectoria no deben molestar a otros esquiadores.

PARADO

Nunca me detengo en medio de una pista, en un paso estrecho o sin visibilidad.

SOCORRO

Llamo a los equipos de socorro y presto ayuda si soy testigo de un accidente.



En colaboración con el Ministerio del Interior, el Ministerio de Economía y Finanzas, y:



Estos consejos se inspiran en las «10 normas de conducta del esquiador de descenso y del snowboarder» realizadas por la Federación Internacional de Esquí (FIS).