

# 3 CONSEJOS

# PARA QUE MONTAÑA

# SIGA SIENDO PLACER



PREVENCIÓN  
INVIERNO



**Realizo un calentamiento antes** de iniciar la primera pendiente



**Preparo mi salida** consultando las previsiones meteorológicas y el Boletín de Nieve y Avalanchas



**Llevo mi casco** como el 65% de los esquiadores



[www.preventionhiver.sports.gouv.fr](http://www.preventionhiver.sports.gouv.fr)

[facebook.com/sports.gouv.fr](https://facebook.com/sports.gouv.fr)

[@Sports\\_gouv](https://twitter.com/Sports_gouv)

  
Liberté • Égalité • Fraternité  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE  
DES SPORTS