

# 3 CONSIGLI AFFINCHÉ LA MONTAGNA RESTI UN PIACERE



## Mi riscaldo prima

di iniziare la mia prima discesa



## Preparo la mia uscita

consultando le previsioni del tempo e  
il Bollettino delle nevi e delle valanghe



## Ho messo il mio casco

come il 65% degli sciatori



 [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)



MINISTÈRE  
DES SPORTS