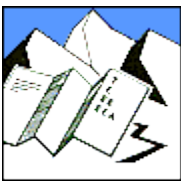




Sei Regole per l'escursionista



1. Per le tue escursioni in montagna, scegli itinerari in funzione delle tue capacità fisiche e tecniche, documentandoti adeguatamente sulla zona da visitare. Se cammini in gruppo prevedi tempi di percorrenza in relazione agli escursionisti più lenti.



2. Provedi ad un abbigliamento ed equipaggiamento consono all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per eventuali situazioni d'emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.



- Di preferenza non intraprendere da solo un'escursione in montagna e, in ogni caso, lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, riavvisando al tuo ritorno.



- Informati sulle previsioni meteo e osserva costantemente lo sviluppo del tempo.



- Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che arrischiare l'insidia del maltempo o voler superare difficoltà di grado superiore alle proprie forze, capacità, attrezzature. Studia preventivamente itinerari alternativi di rientro.



- Riporta a valle i tuoi rifiuti. Rispetta la flora e la fauna. Evita di uscire inutilmente dal sentiero e di fare scorciatoie. Rispetta le culture e le tradizioni locali ricordandoti che sei ospite delle genti di montagna.