

Fjellvettreglene

Código de montaña

1. Planifica tu recorrido e informa de adónde vas.
2. Adapta tu recorrido a tu capacidad y condiciones.
3. Pon atención a las alertas meteorológicas y de avalanchas.
4. Prepárate para el mal tiempo y el frío, incluso en los recorridos cortos.
5. Lleva el equipo necesario para protegerte a ti mismo y a los demás.
6. Toma rutas seguras. Reconoce el terreno propenso a avalanchas y el hielo peligroso.
7. Usa un mapa y una brújula. Siempre conoce dónde estás.
8. Da la vuelta a tiempo; no hay que avergonzarse de regresar.
9. Ahorra fuerzas y busca refugio de ser necesario.

