

## 3.8. Informations sur le choix de l'équipement

### SKI DE FOND

#### Consignes de sécurité

- Dès la première neige, les pistes de ski de fond sont exclusivement réservées aux skieurs
- Utilisez uniquement les pistes de ski ouvertes. Certaines pistes sont en milieux humides. (Attendez la formation du pont de glace et que le sol soit complètement gelé.)
- De préférence, ne partez jamais seul
- Avisez quelqu'un de votre itinéraire et de votre heure de retour
- Ne vous arrêtez jamais au milieu ou en bas d'une pente descendante
- La consommation d'alcool et/ou de drogue est interdite

#### Équipements fortement recommandés

- Vêtements avec système multicouche et eau

#### Matériels recommandés

##### Habillement

- Vêtements de rechange

##### Autres

- Carte
- Eau et nourriture
- Trousse de premiers soins
- Lampe de poche ou frontale
- Couteau et allumette / briquet

En cas d'urgence, contactez le (911 ou \*4141 ou numéro du Parc ou autres)



En cas d'urgence, contactez le (911 ou \*4141 ou numéro du Parc ou autres)