

# DESATERO ZÁSAD BEZPEČNÉHO CHOVÁNÍ PŘI POHYBU V HORSKÉM TERÉNU

1. Vždy pečlivě naplánovat trasu túry a vybavení na ni (nezapomenut na léky). Túru plánovat podle fyzické a psychické kondice nejslabšího ze skupiny.
2. S předstihem získat co nejvíce informací o prognóze počasí, sněhové a lavinové situaci.
3. Před odchodem na túru předat informace o trase a předpokládané době návratu. Tempo na túře zvolit podle nejslabšího ze skupiny.
4. Správně používat mapu, znát druhy značení turistických cest specifické pro jednotlivá pohoří.
5. Mít s sebou lékárníčku a v případě potřeby umět poskytnout první pomoc.
6. Znat kontakty na Horskou službu nebo na Zdravotnickou záchranou službu. Mít vždy nabitý a zapnutý mobilní telefon.
7. Znat zásady chování pro případ zbloudění, pádu laviny nebo zřícení v exponovaném terénu.
8. Nikdy nepodceňovat hory a nevystavovat sebe ani ostatní zbytečnému nebezpečí, chovat se zodpovědně.
9. Znat typy výstražných tabulí a jejich význam.
10. Nepohybovat se mimo značené cesty.



Ten, kdo donese do Informačního centra v Bedřichově razítko od viklanu, obdrží dárek.

