



DESET ZLATÝCH PRAVIDEL PRO POHYB VE VOLNÉM TERÉNU

- 1.** Nikdy se do volného terénu nevydávejte sami.
- 2.** Uzpůsobte túru předpovědi počasí a lavinovému nebezpečí a informujte se u spolehlivé osoby na vámi zamýšlenou oblast či trasu.
- 3.** Nikdy nezapomeňte lavinový vyhledávač stejně jako lavinovou lopatu, sondu a mobilní telefon (každý musí mít celý komplet). Tam, kde je sníh velmi hluboký, používejte když tak lyžařské brzdičky a ne bezpečnostní řemínky. a nepoužívejte řemínky na hůlkách.
- 4.** Vyhněte se místům s hlubokým sněhem alespoň tři nejbližší dny po velkém sněžení.
- 5.** Nelyžujte mimo sjezdovky a v hlubokém sněhu bez dobře nacvičené záchrany, včetně první pomoci a bez schopnosti správného použití lavinových záchranných pomůcek.
- 6.** Používejte airbag, ale nekládejte do něj příliš velkou naději, mohlo by to vést k podcenění rizik.
- 7.** Udržujte bezpečnou vzdálenost mezi vámi a vašimi kamarády jak během výstupu, tak i během sjezdu, aby se případné riziko v kritických momentech omezilo pouze na jedinou osobu v danou chvíli.
- 8.** Vyhněte se místům s navátým hlubokým sněhem (tzv. polštářům) na závětrných svazích.
- 9.** Používejte stejnou trasu pro sjezd jakou jste použili pro výstup, tak totiž budete znát lépe stav sněhové pokrývky a terén.
- 10.** V případě pochyb či dokonce zlé předtuchy – vždy řekněte ne!