

AVANT DE PARTIR...

CHEMINS == PARCS

Je choisis un itinéraire qui correspond à mon niveau et j'emporte la carte du parcours ; www.cheminsdesparcs.fr est là pour m'aider. Je vérifie toujours les conditions météo et je ne pars jamais trop tard.



Je prévois un équipement adapté (chaussures de marche, eau, chapeau, crème solaire, lunettes, trousse de secours, téléphone portable).



À vélo en en VTT, j'utilise du matériel en bon état : freins, pneus, éclairage, avertisseur sonore... Et un casque ! Je laisse passer les piétons, trailers et cavaliers qui sont prioritaires. En VTT, je veille à emprunter le circuit dans le bon sens.



En période de chasse, je porte une tenue de couleur vive et je suis attentif aux panneaux qui signalent les battues en cours.



Je lis les panneaux d'information installés près des parkings ou en début de parcours.