



Sports de neige sur les pistes Équipement adapté et respect des autres

Ski, snowboard ou luge: pour éviter les accidents, il est important d'être bien équipé et de respecter les autres. Conseils du BPA.

Chaque année, les accidents sont nombreux sur les pistes de ski ou de luge. Il est pourtant possible de réduire ce risque ainsi que la gravité des blessures.

Pour ce faire, laissez assez de place aux autres sur les pistes et faites preuve de respect. Adaptez votre vitesse à vos capacités et aux conditions. Mieux vaut descendre un peu moins vite pour garder la parfaite maîtrise de la situation.

En cas d'accident, un bon équipement vous protège. À skis, à snowboard ou sur une luge, portez un casque. Skieurs, faites contrôler chaque année le réglage de vos fixations dans un magasin spécialisé afin qu'elles se déclenchent correctement. Snowboarders débutants, portez des protège-poignets.

Luge traditionnelle, luge de randonnée et bob: ces engins ne sont pas interchangeables. Il est particulièrement facile de piloter une luge de randonnée. Demandez conseil dans un magasin spécialisé ou renseignez-vous en ligne.

Plus d'infos pour allier plaisir et sécurité dans la neige sur bpa.ch.

Pour votre sécurité

- Adaptez votre **vitesse** et laissez suffisamment de **place aux autres**.
- Portez un **casque**. Ce qui est désormais une évidence à skis ou à snowboard doit aussi l'être sur une luge.
- Skieurs: faites contrôler le réglage de vos **fixations** chaque année.
- Snowboarders: portez des **protège-poignets**.
- Lugeurs: optez de préférence pour une **luge de randonnée**.