

Sciare: come divertirsi in sicurezza

Ormai è un classico che con il ponte dell'Immacolata gli amanti di sport invernali iniziano a popolare le nostre montagne che in questo periodo sono già piene di neve.

Bisogna ricordare però che lo sci, come tanti altri sport, necessita di alcuni accorgimenti relativi all'attrezzatura, alla preparazione atletica, all'alimentazione e al rispetto di alcune regole di buona educazione e sicurezza.

Per quanto riguarda la sicurezza in montagna ci sono i poliziotti del **Centro addestramento alpino di Moena** che vigilano nelle aree montane per garantire la tranquillità di tutte le persone che amano divertirsi sulle piste di neve. Questo gruppo specialistico della Polizia di Stato partecipa anche alla ricerca di persone disperse in alta quota.

In montagna le condizioni meteorologiche richiedono un'attenzione speciale perché è molto alto il pericolo valanghe. Per questo vi consigliamo di consultare sempre (sul sito dell'Aineva) il bollettino nivo-meteorologico, ricordandovi che in montagna le condizioni meteo possono mutare radicalmente anche in pochi minuti.

Per permettervi di trascorrere dei giorni sulle piste da sci serenamente e in sicurezza vi riproponiamo i consigli di un medico della Polizia di Stato, le regole di sicurezza da tenere in pista, e altri accorgimenti da seguire per divertirsi sulle piste, con i consigli dei campioni delle Fiamme oro.

05/12/2009