

Bones pràctiques ciclistes – senderistes



Sigues net

Assegura't que t'emportes totes les teves pertinences (escombraries, mascaretes, proteccions de gels, barretes, bidons).



Pedala amb precaució

Avisa del teu pas, mantén la distància de seguretat i la velocitat adequada. Gaudeix de la natura i evita situacions de risc amb altres persones i animals.



Prepara la sortida

Abans de fer l'activitat revisa l'equipament i documenta't sobre la ruta, distància, temps, i desnivell. No oblidis consultar l'avanç de predicció a meteomuntanya.cat.



Gaudim tots!

#sentlamuntanya #sommuntanya #ciclismecat