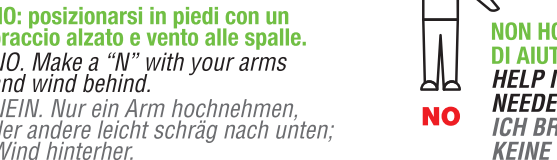




A cura del Tavolo Trentino della Montagna

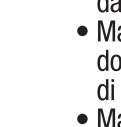
1. Posizionarsi in piedi con entrambe le braccia alzate e vento alle spalle.
 2. "ES. Make a "Y" with your arms and wind behind."
 3. "A. Beide Arme in Form eines offenen Dreiecks über den Kopf heben; Wind hinterher."



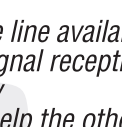
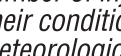
Per favorire al meglio l'intervento del Soccorso Alpino:

- Lasciare libera la linea telefonica dalla quale si sono allertati i soccorsi
- Mantenere la ricezione del telefono, dove la ricezione è limitata evitare di spostarsi dal luogo di chiamata
- Mantenere e diffondere l'autocontrollo
- Concordare con il Soccorso Alpino tutte le azioni che si ritengono da compiere

- Lasciare libera la linea telefonica dalla quale si sono allertati i soccorsi
- Mantenere la ricezione del telefono, dove la ricezione è limitata evitare di spostarsi dal luogo di chiamata
- Mantenere e diffondere l'autocontrollo
- Concordare con il Soccorso Alpino tutte



to allow an efficient rescue:
 er in detail to the operator's
 view
 your phone line available,
 e of bad signal reception,
 move away
 calm and help the others
 with the mountain rescue on
 necessary actions to be taken



leistung

erators

frei und mit

schlecht ist,

vom Anrufsot

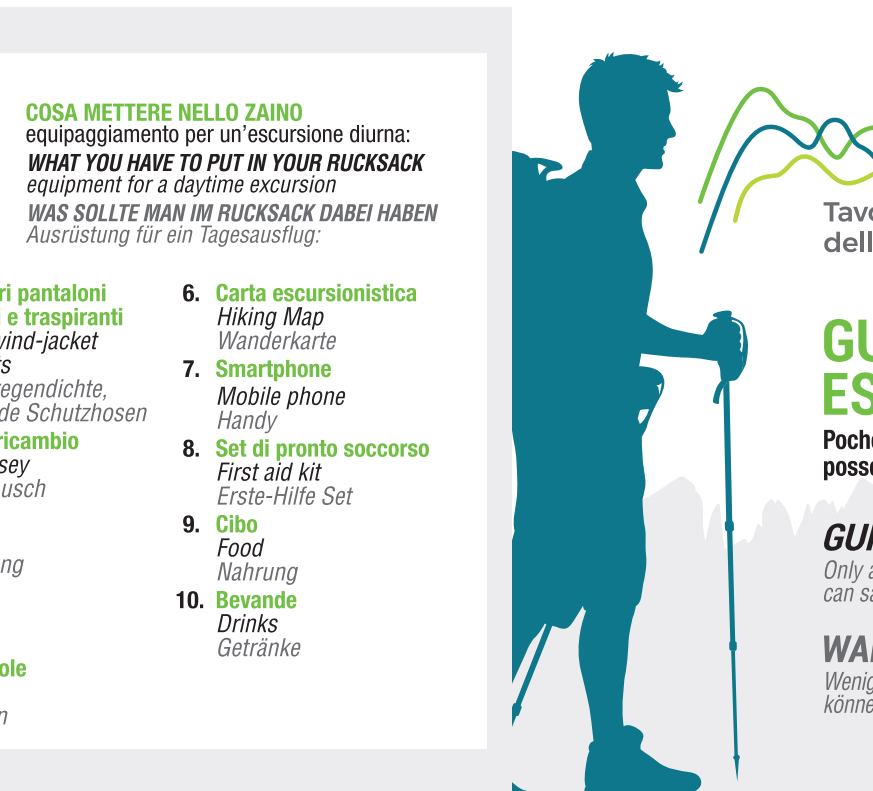
elfen Sie

ergsrettungsdienst

en ab

A hiker wearing a red t-shirt, black pants, and a white helmet is walking on a rocky mountain trail. He has a white backpack and is looking towards the right. The background shows a vast mountain landscape with green valleys, dense forests, and distant peaks under a clear blue sky.

- Giacca e copriimpermeabili**
*Waterproof w
and overpan
Anorak und r
transpirieren*
- Maglietta di n**
*T-Shirt or jers
T-Shirt Austa*
- Copricapo**
*Cap
Kopfbedecku*
- Guanti**
*Gloves
Handschuhe*
- Occhiali da so**
*Sun-glasses
Sonnenbrillen*



**le
IONI**

**intelligenti
a vita.**

EXCURSIONS

elligent rules

IRER

*intelligente Regeln
en.*



1
PREPARATE IL VOSTRO ITINERARIO
PREPARE YOUR ITINERARY
PLANEN SIE IHRE ROUTE



2
SCEGLIETE UN PERCORSO ADATTO ALLA VOSTRA
PREPARAZIONE
CHOOSE AN EXCURSION APPROPRIATE FOR YOUR
REAL ABILITY AND TRAINING LEVEL
WÄHLEN SIE EINE ROUTE AUS, DIE ZU IHRER
VORBEREITUNG PASST



3
SCEGLIETE EQUIPAGGIAMENTO
ED ATTREZZATURA IDONEI
CHOOSE THE FITTING EQUIPMENT
WÄHLEN SIE EINE GEEIGNETE AUSTRÜSTUNG AUS



4
CONSULTATE I BOLLETTINI NIVOMETEOROLOGICI
CHECK THE WEATHER FORECAST
KONSULTIEREN SIE DEN WETTERBERICHT



5
PARTIRE SOLI È PIÙ RISCHIOSO
HIKING ALONE IS RISKY
ALLEINE ZU GEHEN (WANDERN, KLETTERN)
IST GEFÄHRLICHER



6
LASCIATE INFORMAZIONI SUL VOSTRO ITINERARIO
E SULL'ORARIO APPROSSIMATIVO DI RIENTRO
GIVE DETAILS ABOUT YOUR ITINERARY AND ABOUT
THE APPROXIMATE HOUR OF YOUR RETURN
GEBEN SIE IMMER AUSKUNFT ÜBER IHRE ROUTE
UND WANN UNGEFÄHR SIE WIEDER ZURÜCK SEIN
WOLLEN



7
NON ESITATE AD AFFIDARVI AD UN PROFESSIONISTA
DO NOT HESITATE TO ENTRUST YOU
TO AN EXPERT
ZÖGERN SIE NICHT EINEM PROFI ZU VERTRAUEN



8
FATE ATTENZIONE ALLE INDICAZIONI
E ALLA SEGNALETICA CHE TROVATE SUL PERCORSO
PAY ATTENTION TO THE INDICATIONS AND
SIGNALS YOU WILL FIND ALONG YOUR JOURNEY
ACHTEN SIE AUF DIE HINWEISE UND WANDERZEI-
CHEN DIE SIE AUF IHRE ROUTE FINDEN



9
NON ESITATE A TORNARE SUI VOSTRI PASSI
DO NOT HESITATE TO RETRACE YOUR STEPS
ZÖGERN SIE NICHT UM ZU KEHREN



10
IN CASO DI INCIDENTE DATE L'ALLARME
CHIAMANDO IL NUMERO BREVE 112
IN CASE OF ACCIDENT:
ASK FOR HELP AND CALL THE NUMBER 112
IM NOFALL: RUFEN SIE DIE 112