



**FEDME**  
FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES  
DE MONTAÑA Y ESCALADA  
Comité de Seguridad

### CÓDIGO DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

- 1 PREPARAR ITINERARIO
- 2 EQUIPARSE ADECUADAMENTE
- 3 REVISAR MÉTEO
- 4 CONOCERSE A SÍ MISMO
- 5 DEJAR DICHO DONDE VAS



ESTE ES  
UN CONSEJO  
DE

**FEDME**  
FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES  
DE MONTAÑA Y ESCALADA  
Comité de Seguridad

# tu seguridad está en tu mano

en la  
Montaña

Pon  
atención  
*prepara te prepara disfruta*



**FEDME**  
FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES  
DE MONTAÑA Y ESCALADA  
Comité de Seguridad