

SI VAS A VISITARNOS, TENÉ EN CUENTA ESTAS RECOMENDACIONES A FIN DE PREVENIR ACCIDENTES O EXTRAVÍOS:



Por tu seguridad y la de todos, registrate previamente. El registro es PERSONAL Y OBLIGATORIO. https://anprale.com/recomendaciones-registro/ Recordá que es muy importante este registro ya que existe el cupo máximo de personas que pueden recorrer el área por día.



- Asesorate en Informes de montaña (Perito Moreno y Mario J. Guasco) sobre el nivel de dificultad del recorrido, los horarios límite de ingreso, el estado de los senderos, la indumentaria, los equipos necesarios; y las condiciones meteorológicas.
- Salí con tiempo suficiente para disfrutar de la caminata y llegar con luz diurna al destino.
- Llevá al menos dos litros de aqua por persona. No vayas solo, intentá caminar siempre acompañado.
- Tené precaución en lagos, ríos y arroyos, ya que suelen ser profundos y/o correntosos.
- Tené en cuenta que en los sectores boscosos es frecuente la caída de árboles y/o ramas, especialmente ante fuertes vientos, tormentas o nieve.
- Para evitar extravíos, no abandones las sendas señalizadas ni intentes acortar el camino. En caso de haberse extraviado, quedate en el lugar y gritá pidiendo auxilio para facilitar la búsqueda.
- Si contratás excursiones, hacelo con quías habilitados.

RECORDÁ QUE EN LA MAYOR PARTE DE ZONAS DE MONTAÑAS NO HAY SEÑAL TELEFÓNICA.

CUANDO ACAMPES





- Hacelo únicamente en lugares permitidos.
- Utilizá carpas con piso, cierre hermético y sin aqujeros.
- Mantené tus alimentos en envases resistentes v cerrados.
- Lavá los platos, ollas y vasos cada vez que los utilices. No dejes restos de comida.
- Al retirarte, colocá tus residuos en una bolsa resistente y llevátelos de regreso.
- Evitá explorar lugares sospechosos de presencia de ratones; tales como árboles ahuecados, cuevas, galpones cerrados, leñeros o construcciones abandonadas.

La regla fundamental es saber distribuir la carga, para no desplazar el centro de gravedad para que la carga moles

VARIOS

EOUIPO PESADO

PESO INTERMEDIO Ropa, botiquín, equipo de higiene y campera.

Termos, agua, calentador, marmita

v alimentos

PESO LIVIANO Y MAYOR VOLUMEN Saco de dormir Duvet.

El cinturón y cojín lumbar

deben aiustarse para que el 60% restante del peso descanse sobre la zona

CADERA

de la cintura

Lo ideal es que esté lo

HOMBROS

Cargan el 40%

Entre capa y capa de ropa el aire trabaja para aislar

más próximo a la espalda coincidente con el centro de la nersona.

Debés llevar calentador, ya que no está permitido hacer fuego en ningún sitio, evitando así los incendios.

LAS **MASCOTAS**



Si vas a visitar el ANPRALE, NO LLEVES A TU MASCOTA. :Cuidar nuestra fauna nativa es responsabilidad de todos!



montanapatagonia 👩 @guiasdemontanapatagonia

ANPRALE

DENTRO DEL ANPRALE, RESPETÁ



ACAMPE SÓLO EN SITIOS AUTORIZADOS







NO INGRESAR CON ANIMALES PROHIBIDO INGRESAR CON VEHÍCULOS



NO DAÑAR LA FLORA Y LA FAUNA









PROHIBIDO HACER FUEGO



