

Faire du VTT: Conseils de sécurité du bpa

Le VTT met l'organisme et le matériel à rude épreuve. Les forces en jeu sont considérables. C'est pourquoi les vététistes doivent entraîner leur endurance, leur force et leur coordination.



En Suisse, plus d'un demi-million de personnes font du VTT, jouissant de la liberté qu'offre ce sport pratiqué en pleine nature.

Pour éviter de mauvaises surprises, préparez bien votre sortie, roulez prudemment, avec concentration et selon vos capacités. Portez un casque cas de chute.

Brochure «Faire du VTT»

Source: [bpa - Bureau de prévention des accidents](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO