

가을철 산악사고 예방수칙





산행 전 날씨확인



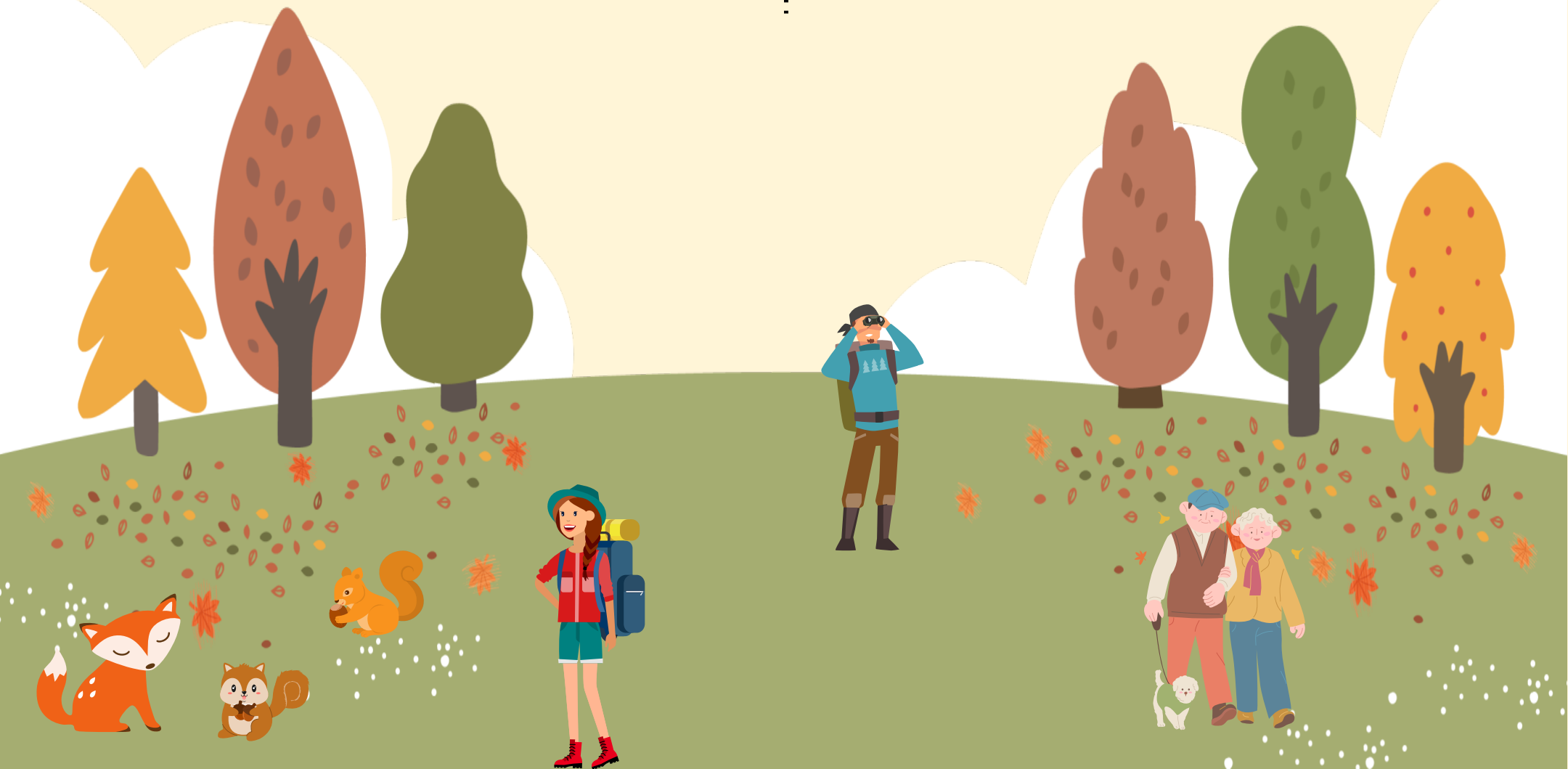
준비운동과 스트레칭

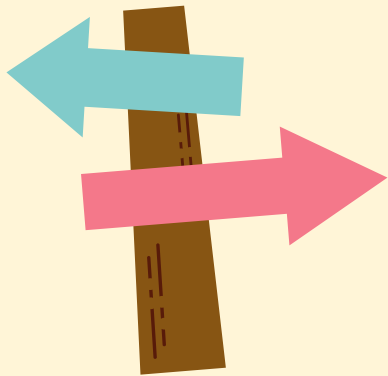




비상식량과 물 준비

등산에 알맞은 복장 착용





구조요청 시 표지판 및 국가지점번호판을 확인하고 119 신고!

