



RÈGLES FIS | FIS RULES

- 1. Ne pas mettre autrui en danger ou lui porter préjudice.**  
1. Do not endanger or prejudice others.
- 2. Tenir sous contrôle sa vitesse et son comportement et adapter son comportement et sa vitesse à ses capacités et aux conditions.**  
2. Move in control, adapt your manner of skiing or snowboarding and speed to your ability and to the general conditions on the snow.
- 3. Respecter le skieur et snowboarder averti.**  
3. Do not impede the route of the skier and snowboarder in front of you.
- 4. Dépasser à une distance appropriée.**  
4. Leave a wide berth when overtaking.
- 5. Regarder vers l'avant et éviter de s'élever au-dessus de son skieur.**  
5. Look up the slopes each time before starting and turning upwards.
- 6. Stationner au bord de la piste ou à des endroits aux visibilité.**  
6. Only stop at the edge of the piste or where you can be seen easily.
- 7. Monter et descendre uniquement au bord de la piste.**  
7. When climbing up or down a slope to the side of the piste.
- 8. Respecter le balisage et la signalisation.**  
8. Obey all signs and markings.
- 9. Prier secours, merci le service de sauvetage.**  
9. Provide help and alert the rescue service.
- 10. Porter les gilets dans un accident et informer le service de secours.**  
10. All persons involved in an accident including witnesses must exchange names and address with the rescue service.

**4 VALLÉES (412KM)**  
Grand domaine skiable  
Grosses Skigebiet  
Big Ski Area

**PRINTSE (223KM)**  
Petit domaine skiable  
Kleines Skigebiet  
Small Ski Area

- Croisement Kreuzung Crossing
- Croisement avec un téléski Kreuzung mit einem Skilift Ski-tow crossing
- Rétrécissement de la piste Verengung der Piste Run narrow
- Engin de dommage Pistenfahrzeug Snow-cat
- Danger! Gefahr! Danger!
- Piste barrée Piste gesperrt Run closed
- Danger de mort
- Interdiction de skier en forêt Skifahren im Wald verboten Skiing in forest prohibited
- Banderole de danger Fährchen «Gefahr» Line of danger flags
- Banderole «piste barrée» Fährchen «Piste gesperrt» Line of danger flags indicating «run closed»

- Ski de fond Langlauf Cross country skiing
- Bus des neiges Schneebus Snowbus
- Snowtubing
- Bus
- Parapente
- Cabane Hütte Hut
- Raquettes à neige Schneeschuhe Snowshoes
- Test de vitesse Speed trap
- Luge Schlitten Sledge
- Jardin des neiges Schneegarten Snowgarden
- Hélicoptère Helicopter
- Randonnée Wanderweg Hiking
- Stade de slalom
- Restaurant
- SOS
- Snowpark

- Enneigé artificiellement Künstlich beschneit With artificial snow covered
- Tapis roulant Rolltappch Moving carpet
- Télécabine Gondelbahn Gondola
- Téléphérique Luftseilbahn Cable car
- Funitel
- Télésiège Sesselbahn Chairlift
- Ski de nuit Langlauf Cross country skiing
- Randonnée Wanderweg Hiking
- Itinéraire à ski Skiroute Ski-tour
- Bases, non entretenus, non contrôlés, destinés aux usagers expérimentés. Markiert, nicht gepflegt, nicht kontrolliert, bestmmt für die erfahrenen Benutzer. Marked, not maintained, not controlled, intended for experienced users
- Téléski Skilift Ski-tow
- Chemin de fer Bahn Railway
- Wifi

**ÉCHELLE EUROPÉENNE DE DANGER D'AVALANCHE**  
EUROPEAN SCALE OF AVALANCHE DANGER

DEGRE DE DANGER Consequenzen pour des personnes hors pistes Recommendations	GEFAHRENSTUFE Empfehlungen Ausserhalb der Pisten geisuehter Zonen	DEGREE OF HAZARD Far off-piste back-country activities
<b>1. FAIBLE</b> En general, conditions sûres.	<b>1. GERING</b> Allgemein sichere Verhältnisse.	<b>1. LOW</b> Virtually no restrictions on off-piste & back-country skiing & travel.
<b>2. LIMITE</b> Conditions favorables, pour la plupart. La prudence est surtout conseillée lors de passages sur des pentes raides d'exposition et d'altitude indiquées dans les bulletins.	<b>2. MASSIG</b> Mehrheitlich günstige Verhältnisse. Vorsichtige Routenwahl, vor allem an Steilhängen der angegebenen Exposition und Höhenlage.	<b>2. MODERATE</b> Generally favorable conditions. Routes should still be selected with care, especially on steep slopes of the aspect and altitude indicated.
<b>3. MARQUE</b> Conditions partiellement défavorables. L'appréciation du danger d'avalanche demande de l'expérience. Eviter autant que possible les pentes raides d'exposition et d'altitude indiquées dans les bulletins.	<b>3. ERHEBLICH</b> Teilweise ungünstige Verhältnisse. Erfahrung in der Lawenrisikoprüfung ist erforderlich. Steilhänge der angegebenen Exposition und Höhenlage sind zu meiden.	<b>3. CONSIDERABLE</b> Off-piste and back-country skiing and travel should only be carried out by experienced persons able to evaluate avalanche hazard. Steep slopes of the aspect and altitude indicated should be avoided.
<b>4. FORT</b> Conditions défavorables. L'appréciation du danger d'avalanche demande beaucoup d'expérience.	<b>4. GROSS</b> Ungünstige Verhältnisse. Viel Erfahrung in der Lawenrisikoprüfung ist erforderlich. Steilhänge der angegebenen Exposition und Höhenlage sind zu meiden.	<b>4. HIGH</b> Off-piste and back-country skiing and travel should be restricted to low angled slopes where at the bottom of slopes may also be hazardous.
<b>5. TRÈS FORT</b> Conditions très défavorables. L'appréciation du danger d'avalanche demande beaucoup d'expérience.	<b>5. SEHR GROSS</b> Sehr ungünstige Verhältnisse. Sehr viel Erfahrung in der Lawenrisikoprüfung ist erforderlich.	<b>5. VERY HIGH</b> Off-piste and back-country skiing and travel should be avoided.

**4 Vallées**  
mt Fort 3330

**SKIER'S GUIDE 2010 2011**

**CONTACTS**  
144 : numéro d'appel en cas d'urgence

<p>www.nendaz.ch</p> <p>Remontées mécaniques T +41(0)27 289 52 00 info@nendaz.ch</p> <p>Nendaz Tourisme T +41(0)27 289 55 89 info@nendaz.ch</p>	<p>www.veysonnaz.com</p> <p>Remontées mécaniques T +41(0)27 708 55 44 vipa@veysonnaz.ch</p> <p>Veysonnaz Tourisme T +41(0)27 207 10 53 tourism@veysonnaz.ch</p> <p>1997 Veysonnaz</p>
<p>www.verbierbooking.com</p> <p>Remontées mécaniques T +41(0)27 775 33 63 info@verbiersportplus.ch</p> <p>Verbier Tourisme T +41(0)27 775 38 88 info@verbier.ch</p> <p>1936 Verbier</p>	<p>www.thyonregion.com</p> <p>Remontées mécaniques T +41(0)27 281 19 19 T +41(0)27 281 15 45 info@tele-thon.ch</p> <p>Thyon-Région Tourisme T +41(0)27 281 27 27 thon-region@coeurduvalais.ch</p> <p>1988 Thyon-Les-Collons</p>