

# Conseils pour courir en toute sécurité en hiver



2711\_PWA\_UO\_Jogger\_Schwarzwald\_A2\_FR



D'autres conseils pour courir en toute sécurité sur notre blog :  
[helsana.ch/entrainement-course-a-pied](https://helsana.ch/entrainement-course-a-pied)

**Helsana**  
Engagée pour la vie.