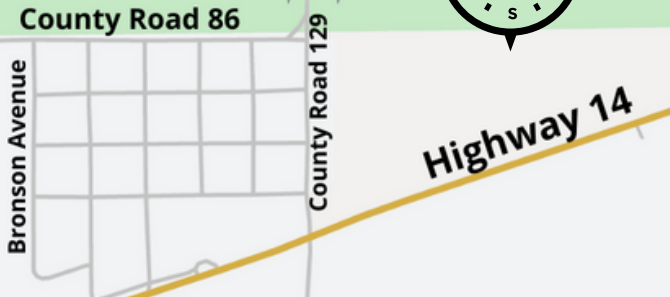


1 2



OUTDOOR Rx

# RAYMER

## Guía de Recursos al Aire Libre

### Claves:

- Senderos para Caminar/Escalar
- Observación de Aves
- Cabalgatas
- Camping



### Senderos

**1** Pawnee Buttes Trail  
 Highway 14  
 Horas: Abierto 24 Horas  
 Servicios:

### Espacios Abiertos

**2** Pawnee National Grasslands  
 Highway 14  
 Horas: Abierto 24 Horas  
 Servicios:

### Mas Recursos

Thriving Weld -  
 Outdoor Rx  
  
[thrivingweld.com/outdoor-rx/](http://thrivingweld.com/outdoor-rx/)

### Seguridad y Salud al Aire Libre

#### Consejos de seguridad al aire libre

- Use ropa adecuada para su actividad y clima
- Sea inteligente con el tiempo: consulte el pronóstico del tiempo
- Use protector solar y vuelva a aplicar según sea necesario
- Beba mucha agua y tenga cuidado con el sobrecalentamiento

Para mas Información de seguridad visite:



[safehome.org/resources/outdoor-safety-health-guide/](http://safehome.org/resources/outdoor-safety-health-guide/)

Es posible que los servicios enumerados no estén completos.