

# **Правила безопасного поведения при катании на тюбинге**



С такой новинкой как тюбинг жизнь любителей зимних забав стала более насыщенной. Хотя производители заверяют о безопасности новых моделей, проблемы с ними возникают, и таких несколько:

- Слишком большая скорость спуска;
- Отсутствие тормозов;
- Невозможность управлять средством.

Чем выше скорость, тем больше сила удара при столкновении. Если горка высокая, а наездник – тяжелый, риск травмы увеличивается в несколько раз.

## **! Правила безопасности !**

1) **Выбирайте безопасные трассы.** Выбирая горку для катания, отдайте предпочтение горке с углом наклона не более 20 градусов, проверьте, чтобы на ней не было посторонних предметов – деревьев или корней, пней, камней, кустов и т.д., чтобы было достаточно места для торможения. Помните, легкий тюбинг сильно подбрасывает и переворачивает!

2) **Катайтесь только по очереди.** При спуске тюбингом управлять практически невозможно, поэтому настоятельно рекомендуется – спускайтесь только по одному, на безопасном расстоянии друг от друга.

3) **Не катайтесь на тюбинге вдвоем,** так как у второго «пассажира» будет большой риск вылететь при движении (исключение — специальные двухместные тюбинги). Не связывайте тюбинги «паровозиком» — если перевернется один тюбинг, перевернутся и все остальные.

4) **Никогда не привязывайте тюбинги** к мотоциклам, квадроциклам, автомобилям – это смертельно опасно.

5) **НЕЛЬЗЯ кататься на тюбинге лежа или стоя.**

Тюбинг предназначен для катания **СИДЯ** и только **СИДЯ!!!**

6) **Выбирайте только качественные тюбинги и проверяйте перед каждым использованием.** Качественный тюбинг будет крепко прошит и укомплектован надежной камерой.

7) **Взрослые должны донести до ребенка правила безопасности и следить за их выполнением.**

Соблюдая элементарные правила безопасности, вы застрахуете себя от неприятных, а порой и страшных последствий.

# Несколько правил катания на тюбе

## Правильная посадка

Сядимся исключительно задней точкой, чтобы спина была на одном борту, а ноги на другом

Голова не должна быть запрокинута назад



На живот ложиться ни в коем случае нельзя

Руки должны обязательно дотягиваться до ручек ватрушки



Ноги должны быть на весу, а не болтаться, цепляясь за землю

## Требования к горке

Трасса должна быть просматриваемой, без преград, обрывов и резких поворотов



Кататься лучше на склоне, не превышающем 20 градусов



Кататься желательно по одному

(если с ребенком, одной рукой крепко прижимать его к себе)

Алексей СТЕФАНОВ