

ПАМЯТКА

КАТАНИЕ НА ТЮБИНГЕ

1. Тюбинги способны РАЗВИВАТЬ БОЛЬШУЮ СКОРОСТЬ и ЗАКРУЧИВАТЬСЯ ВОКРУГ СВОЕЙ ОСИ ВО ВРЕМЯ СПУСКА!!!

Как только скорость движения возрастает, ватрушка становится довольно опасной: разгоняются ватрушки молниеносно, и скорость развивают выше, чем санки или снегокат на аналогичном склоне, а спрыгнуть с ватрушки на скорости невозможно. При закручивании тюбинга, человек в нем сидящий перестанет ориентироваться в пространстве.

2. Тюбинги АБСОЛЮТНО НЕУПРАВЛЯЕМЫЕ и НЕ ОБОРУДОВАНЫ ТОРМОЗНЫМ УСТРОЙСТВОМ!!! ЛЕТЯЩИЙ НА ВЫСОКОЙ СКОРОСТИ, БЕЗ ВОЗМОЖНОСТИ ЗАТОРМОЗИТЬ ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК ПОДОБЕН АВТОМОБИЛЮ, С ОТКАЗАВШИМИ ТОРМОЗАМИ!!!!

3. На тюбингах НЕЛЬЗЯ кататься с горок с трамплинами при приземлении ватрушка сильно пружинит, можно получить сильные травмы спины и шейного отдела позвоночника.

4. НЕЛЬЗЯ ПРИКРЕПЛЯТЬ ТЮБИНГИ ДРУГ К ДРУГУ ВЕРЁВКОЙ, они могут перевернуться, В ВЕРЁВКЕ МОЖЕТ ЗАСТРЯТЬ КАКАЯ-ЛИБО ЧАСТЬ ТЕЛА.

5. ОПАСНО САДИТЬСЯ НА ТЮБИНГ ВДВОЁМ И БОЛЕЕ, из него можно вылететь.

Правила безопасности при катании на тюбинге:

1. Кататься только на специально подготовленных трассах со снежной поверхностью.

2. Склон для катания должен быть с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. Не следует кататься на тюбингах по склонам, поросшим деревьями.

3. Нельзя кататься с горок с трамплинами при приземлении она сильно пружинит.

4. Прежде чем начать спуск по неподготовленной трассе, осмотрите, нет ли там ее на ям, бугров, торчащих кустов, камней, ограждений, и всего того, что может представлять опасность для жизни и здоровья.

5. СТРОГО СОБЛЮДАТЬ ДИСТАНЦИЮ между спусками по склону. НАЧИНАТЬ ДВИЖЕНИЕ НА ТЮБИНГЕ СВЕРХУ РАЗРЕШАЕТСЯ ТОЛЬКО ТОГДА, КОГДА ПРЕДЫДУЩИЙ ПОСЕТИТЕЛЬ НА ТЮБИНГЕ ЗАКОНЧИЛ СПУСК!!!

6. Кататься на санках-ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на тюбинге стоя или прыгая, как на батуте.

7. Нельзя кататься на тюбинге вдвоем с ребенком: невозможно контролировать ситуацию, когда одной рукой приходится держать ребенка, а другой тюбинг.

8. Никогда не привязывайте надувные санки к транспортным средствам.

Катание с горок – любимое зимнее развлечение как для детей, так и для взрослых. Тем не менее надо помнить, что всеми любимая забава может привести к трагедии, ведь накатанная ледяная горка – это место повышенной опасности!

В последнее время все большую популярность среди населения приобретает тюбинг (англ. tubing, от tube – труба) – катание на надувных санках (тюбах) по снегу.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО КАТАНИЯ

В отличие от обычных санок тюбинг разрекламирован как самый нетравматичный вид зимнего инвентаря: нет металла и дерева – нечем пораниться, а так ли все обстоит на самом деле?

Если Вы все же решили прокатиться на «безопасной ватрушке», знайте:

▶ разгоняются сани-«ватрушки» молниеносно (до 60-90 км/ч), их скорость значительно превышает скорость санок или снегоката на аналогичном склоне, и спрыгнуть с «ватрушки» на скорости невозможно;

▶ на тюбинге нельзя кататься с горки с трамплинами: при приземлении он сильно пружинит, а это может привести к серьезным травмам спины и шейного отдела позвоночника;

▶ у тюбинга нет ни руля, ни устройства для торможения, он управляется исключительно наклоном тела;

▶ во время спуска тюбинг может закручиваться вокруг своей оси, что делает его совершенно неуправляемым.

Выберите безопасное место для катания!

▶ Кататься рекомендуется на склонах, уклон которых не превышает 20 градусов.

▶ Спуск с горки должен хорошо просматриваться, быть без видимых препятствий (деревьев, ям, бугров, торчащих кустов, камней и т.п.), резких поворотов и обрывов на пути движения надувных саней.

В конце склона должно быть достаточно места для торможения и безопасного ухода с трассы!

Кататься на тюбингах рекомендуется только на специально оборудованных трассах!

Чтобы снизить риски травм, нужно:

▶ перед началом спуска убедиться, что перед вами нет никого из катающихся, особенно детей;

▶ по окончании спуска незамедлительно покинуть зону катания;

▶ подниматься на горку на безопасном расстоянии от спуска, что позволит избежать столкновения со спускающимися на тюбинге;

▶ кататься на надувных санках сидя;

▶ в процессе катания держаться за специальные ремни, расположенные по бокам тюбинга.

При занятии зимними видами спорта используйте защитные средства: налокотники, наколенники, шлемы.

