

## Правила безопасности при катании на тюбинге



Зима — одно из самых чудесных времен года, которое так любят и взрослые, и малыши. А какая же зима без катания на санках? Катание на тюбингах (в народе называемых «ватрушками» или «бубликами»), которое так любят и взрослые, и дети, — это один из самых травмоопасных видов отдыха. Отдыхающим не стоит забывать о правилах безопасности при катании на надувных санках. Это тот случай, когда здоровье и жизнь катающихся — дело, прежде всего, самих катающихся.

В отличие от санок «ватрушки» способны развивать большую скорость, закручиваться вокруг своей оси во время спуска. При этом они абсолютно неуправляемы и не оборудованы тормозным устройством. Потому кататься на тюбингах можно только на специально подготовленных трассах. Перед спуском с горки проверять, чтобы на пути не было других катающихся. В процессе самого катания рекомендуется держаться за специальные ремни, расположенные по бокам тюбинга.

**Ни в коем случае не используйте в качестве горок железнодорожные насыпи и горки вблизи проезжей части дорог.**

Несоблюдение правил поведения зимой для детей может привести к серьезным травмам.

Территориальные комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Кировского и Ленинского районов городского округа города Ярославля рекомендуют соблюдать правила безопасности при катании на тюбинге.

1. Кататься можно 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. Запрещено кататься по неподготовленной трассе, это опасно для жизни и здоровья.
  5. Строго соблюдать дистанцию между спусками по склону. Начинать движение на тюбинге сверху разрешается только тогда, когда предыдущий посетитель закончил спуск.
  6. Кататься на санках-ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на тюбинге стоя или прыгая, как на батуте.
- Нельзя кататься на тюбинге вдвоем с ребенком: невозможно контролировать ситуацию, когда одной рукой приходится держать ребенка, а другой тюбинг.
7. Никогда не привязывайте надувные санки к транспортным средствам.

## Чего нельзя делать, катаясь на тюбинге



Кататься на тюбингах вместе с владельцами железных санок.



Съезжать с горки «паровозиком», сцепив несколько тюбингов.



Садиться компанией на тюбинг, рассчитанный на одного.



Съезжать с обледенелых склонов или трамплинов.



Отпускать ручки во время спуска.



Кататься стоя или лёжа на животе.



Тормозить ногами при спуске.