

Правила безопасного катания на тубинге-ватрушке

Тубинг стремительно завоевывает популярность в нашей стране. Легкие, удобные, яркие надувные санки стали настоящим хитом продаж этой зимы среди любителей активного отдыха. Однако тема, о которой хочется поговорить отдельно, - безопасность. Ни для кого не секрет, что скорость, которую могут развивать надувные санки, очень велика. Это достигается за счет специального ПВХ покрытия, которое минимизирует трение санок о поверхность. Экстрима добавляет и то, что тубинг не оборудован тормозом, да и управлять им практически нереально. Опытные пользователи, конечно, могут незначительно корректировать траекторию с помощью наклонов корпуса, но вряд ли можно требовать таких навыков от маленького ребенка. В связи с этим, колледж представляет Вашему вниманию 10 правил катания на «ватрушках», которые сведут к минимуму возможные травмы и прочие неприятности.

Используйте тубинги, подходящие по размеру

Взрослому человеку будет некомфортно на «ватрушке» маленького диаметра – ноги могут задевать трассу. К тому же устойчивой такая «конструкция» не будет, велики шансы перевернуться. Маленького ребенка, напротив, не стоит сажать в большой тубинг – он попросту «утонет» в нем, да и до ручек дотянуться ему будет сложно.



Из таких санок ему будет просто вылететь. В тубинге должно быть комфортно сидеть, расстояние от земли до ног должно быть около 10 см. Обращайте внимание на такую характеристику, как максимальный допустимый вес, и не превышайте его.

Катайтесь на специально оборудованных трассах

Это, наверное, главное правило, несоблюдение которого чаще всего приводит к печальным последствиям. Специальный склон для тубинга, как правило, представляет собой желоб, там минимальна вероятность вылететь с трассы. Если уж вы выбрали для катания трассу неподготовленную, обязательно исследуйте ее на пригодность. Рекомендуемый уклон горы – не более 20 градусов, в противном случае разгон тубинга будет слишком сильным. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения, не должно быть деревьев, кустов, столбов и других препятствий, в которые можно врезаться на большой скорости. Учтите, что «ватрушкой» управлять почти невозможно, к тому же она имеет свойство крутиться вокруг своей оси и есть вероятность, что Вы вообще не будете видеть, куда едете. Боль-

шую опасность для катающихся на тубингах представляют трамплины, даже на первый взгляд небольшие - из-за небольшого веса в полете тубинг легко может перевернуться.

Не спускайтесь «паровозиком», не связывайте тубинги друг с другом



Детям лучше кататься отдельно на тубинге, подходящем по размеру. В противном случае Вам придется держать одной рукой ребенка, а другой – «ватрушку». При внештатной ситуации вы оба рискуете вылететь. Ребенок в данном случае рискует

сильнее, т.к. плотная посадка у него отсутствует. Если очень хочется кататься вдвоем, лучше использовать двухместные тубинги. Прежде чем начать спуск, убедитесь, что предыдущий съехавший освободил трассу. Сами не задерживайтесь внизу склона после остановки и сразу отходите в сторону. Ни в коем случае не пытайтесь подниматься обратно по склону, где катаются люди. Катайтесь только сидя. Лежа на животе, на коленях и других позах катание опасно. В подобных позах Вы едва ли сможете крепко держаться за ручки тубинга, что может привести к падению. Помните, что торможение руками, ногами и вообще касание земли на скорости – недопустимо.

Не катайтесь в состоянии алкогольного опьянения!

Оценить реальную опасность спуска «под градусом» довольно сложно. Горки кажутся не такими уж и высокими и крутыми, скорость – небольшой, склон – безлюдным. Возможные последствия оставим без комментариев.

Перед каждым катанием проверяйте состояние ватрушки

Между камерой и чехлом не должно быть мусора, льда и других посторонних предметов. Камера должна быть хорошо накачена и не деформирована. Проверьте швы и места крепления ручек к чехлу на прочность.

Выбирайте качественные тубинги.

Помните, что от этого зависит Ваша безопасность! Не стоит экономить и покупать самые дешевые «ватрушки». В лучшем случае они просто быстро придут в негодность, благодаря дешевым материалам, в худшем – могут повредиться прямо во время спуска и причинить массу неприятностей владельцу.

Таким образом, тубинг – прекрасное зимнее развлечение, если подходить к нему с головой и не пренебрегать вышеуказанными правилами.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

Кататься на тубингах можно только на специальной тубинговой трассе.

Границы безопасного катания должны быть четко обозначены, а в местах виражей и на финише есть ограждения - тубинг ни в коем случае не должен вылетать за их пределы.

Дети до 12 лет должны кататься только в шлеме.

Нельзя садиться на «бублик» по двое. В сопровождении взрослого катаются лишь дети до 7 лет.

Во время подъема к канату тубинга прикасаться запрещено.

Во время спуска нельзя тормозить ногами: «плюшка» может сбросить седока.

При спуске резиновое кольцо нужно убирать внутрь тубинга, иначе «плюшка» «споткнется» об него и опрокинется.

Кататься нужно строго по очереди, соблюдать дистанцию не менее 20 метров.

После остановки тубинга нужно как можно быстрее уйти с трассы, чтобы не стать жертвой «плюшки», спускающейся следом.



Уважаемые Дети, Родители, Педагоги!

Убедительная просим Вас соблюдать следующие правила катания на снежной (ледяной) горке:

1. Не кататься с горки на коньках, в состоянии алкогольного, наркотического опьянения и измененного сознания.
2. Не разрушать и бережно относиться к строению снежной (ледяной) горке.
3. Подниматься на горку только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается влезать на горку там, где навстречу скатываются другие, может произойти несчастный случай.
4. Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.
5. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползать или откатываться в сторону.
6. Не перебегать ледяную дорожку.
7. Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.
8. Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме.
9. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.
10. Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек т.д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности.
11. Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.
12. Со снежной (ледяной) горки следует скатываться ногами вперед.
13. Чтобы лучше скользилось и не намокала одежда - при катании с горки следует использовать небольшие куски картона, пластика (без острых краев, желательно круглой или овальной формы)
14. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить катание.