

ПАМЯТКА

КАТАНИЕ НА ТЮБИНГЕ



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

**НЕ ПОДВЕРГАЙТЕ ОПАСНОСТИ
СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!
НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ИХ БЕЗ ПРИСМОТРА!**

РЕГИНА ЭДМУНДОВНА ИВАНОВСКАЯ,
ВРАЧ-ГИГИЕНИСТ

МИНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ГИГИЕНЫ,
ЭПИДЕМИОЛОГИИ И ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ



**ЭТО ОДИН
ИЗ САМЫХ
ТРАВМООПАСНЫХ
ВИДОВ ОТДЫХА**

ВОЗМОЖНАЯ ОПАСНОСТЬ

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, сидящий в нем, перестанет ориентироваться в пространстве.

2. Тюбинги АБСОЛЮТНО НЕУПРАВЛЯЕМЫЕ и НЕ ОБОРУДОВАНЫ ТОРМОЗНЫМ УСТРОЙСТВОМ!!! ЛЕТАЮЩИЙ 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, и 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. Старайтесь 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. 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.

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

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

6. 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.