

ТЮБИНГ: ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО КАТАНИЯ

С такой новинкой как тюбинг жизнь любителей зимних забав стала более насыщенной, а малыши получили прекрасную игрушку, которая намного удобнее санок. На «ватрушках» с удовольствием катаются и взрослые и дети.

Выбор моделей огромен, а производители продолжают выпускать новые. Но настолько ли они безопасны, как уверяют продавцы?

Опасность катания на тюбингах

При всех своих плюсах тюбинг имеет и отрицательные стороны, которые тоже стоит учитывать. 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 катания на тюбингах

Если соблюдать правила пользования, катание на тюбингах может быть безопасным. Защищая от ударов об ^землю, изделие не может защитить владельца при столкновениях. Поэтому нужно объяснить ребенку, что делать нельзя.

Запрещено:

1. Кататься на тюбингах в одной компании с владельцами железных санок;
2. Съезжать с горки «паровозиком», сцепив несколько тобогганов сразу;
3. Отпускать во время спуска ручки; 4. Кататься стоя или лежа;
5. Садиться компанией на «ватрушку», рассчитанную на одного;
6. Тормозить ногами при спуске;
7. Съезжать с обледенелых склонов или трамплинов

Чтобы свести к минимуму получение травмы при катании на тюбинге, необходимо придерживаться следующих правил:

Перед катанием внимательно изучить местность, убедиться в безопасности горки: ее не должны перекрывать деревья, кусты, столбы, заборы. Также рядом не должно быть дороги, припаркованных транспортных средств, водоема;

« Использовать тюбинги только на специально предназначенных 1 рассах;

- Не кататься толпой;
Не выбирать крутые горки;
- Детские тюбинги рекомендовано использовать на невысоких горках, без препятствий;
Не привязывать трос тюбингов к транспортному средству;
На горках вести себя аккуратно и дисциплинированно, соблюдать очередь при спуске;

. Использовать защитные средства (шлем, налокотники, наколенники).

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 накапанная 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 азрекламирован как самый нетравматичный вид 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:

Выбирайте безопасное место для катания!

Разгоняются санки-«ватрушки» молниеносно (до 60-90 км/ч), их скорость значительно превышает скорость санок или санейката 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.

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.

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

Тюбинг представляет собой надувную камеру в чехле с усиленными дном и ручками. В разговорной речи данное приспособление для активного зимнего отдыха известно как надувные санки, «ватрушка», «плюшка», «бублик», «плюшчик», тюбогган.

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: наколотники, наколенники, шлемы.

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

Кататься на тюбингах рекомендуется только

