



о правилах катания с ледяной горки

Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.

Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.

Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползть или откатываться в сторону.

Не перебегать ледяную дорожку.

Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.

Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме.

Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.

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.

Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.

При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить катание.



Внимание!

Не используйте в качестве горок железнодорожные насыпи и горки вблизи проезжей части дорог.

При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом в службу экстренного вызова по единому телефону **112**

