

# **ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КАТАНИИ НА ТЮБИНГЕ (ПЛЮШКЕ)**

**ЛОЖИТЬСЯ НА  
ЖИВОТ ЗАПРЕЩЕНО.  
ЭТО ОПАСНО.**

**САДИМСЯ ТАК, ЧТОБЫ  
СПИНА ОБЛАКАЧИВАЛАСЬ  
НА ОДИН БОРТ,  
А НОГИ НА ДРУГОЙ**

**РУКИ ДОЛЖНЫ  
ДОТЯГИВАТЬСЯ ДО РУЧЕК  
ТЮБИНГА.  
ПРИ СПУСКЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО  
НАДО ДЕРЖАТЬСЯ ЗА НИХ.**

**НОГИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ НА  
ВЕСУ. ОНИ НЕ ДОЛЖНЫ  
НИ ЗА ЧТО ЦЕПЛЯТЬСЯ ПРИ  
СПУСКЕ.**



**КАТАТЬСЯ ЖЕЛАТЕЛЬНО  
ПО ОДНОМУ.  
ЕСЛИ ЕДЕТЕ С РЕБЕНКОМ:  
ОДНОЙ РУКОЙ ПЛОТНО  
ПРИЖИМАЕТЕ К СЕБЕ  
РЕБЕНКА, ДРУГОЙ -  
ДЕРЖИТЕСЬ ЗА ТЮБИНГ.**

**ГОЛОВУ СЛЕДУЕТ ДЕРЖАТЬ  
ПРЯМО. ОНА НЕ ДОЛЖНА  
БЫТЬ ЗАПРОКИНУТА НАЗАД.**

**НА ТРАССЕ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ  
ПРЕГРАД. НАПРИМЕР,  
ДЕРЕВЬЕВ. ТРАССА ДОЛЖНА  
ХОРОШО ПРОСМАТРИВАТЬСЯ.**