

# Правила безопасного катания на тубинге

## 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.



# Несколько правил катания на тубе

## Правильная посадка

Садимся исключительно задней точкой, чтобы спина была на одном борту, а ноги на другом

Голова не должна быть запрокинута назад



**На живот ложиться ни в коем случае нельзя**

Руки должны обязательно дотягиваться до ручек ватрушки



Ноги должны быть на весу, а не болтаться, цепляясь за землю

## Требования к горке

Трасса должна быть просматриваемой, без преград, обрывов и резких поворотов



Кататься лучше на склоне, не превышающем 20 градусов



**Кататься желательно по одному**  
(если с ребенком, одной рукой крепко прижимать его к себе)