

Opiekunowie zorganizowanych grup, przed przyjazdem na Ośrodek Sportów Zimowych KiczeraSki w Puławach są zobowiązani do zapoznania uczestników programu „Narty dzieciom” z zasadami korzystania ze sprzętu, tras narciarskich i snowboardowych w Naszym Ośrodku.

1. Nie jesteś sam na stoku! Uważaj na innych uczestników!

Każdy narciarz powinien zachowywać się w taki sposób, aby nie stwarzać niebezpieczeństwa ani szkody dla innej osoby.

2. Panuj nad prędkością!

Narciarz powinien zjeżdża z szybkością stosowną do swoich umiejętności oraz rodzaju i stanu trasy oraz warunków atmosferycznych. Należy poruszać się wolno w miejscach o ograniczonej widoczności, na garbach i przełamaniach. Pamiętajcie zwolnijcie przy dojeździe do wyciągów i na zakończeniach tras narciarskich.

A przede wszystkim **NIE JEŹDZIMY NA PRZYSŁOWIOWĄ KRECHE!!**

3. Wybierz odpowiedni tor jazdy!

Jadąc na trasie miej wzgląd na innych narciarzy. Pamiętaj że zawsze narciarz zjeżdżający przed tobą ma pierwszeństwo w wyborze trasy. W czasie zjeżdżania zachowaj bezpieczną odległość, tak aby nie spowodować kolizji z żadnym z uczestników ruchu.

4. Zjeżdżaj wyłącznie po wyznaczonych trasach!

Uczestnicy programu nie mogą zjeżdżać poza oficjalnie wyznaczonymi trasami - **tymbardziej lasem!**

5. Zakaz korzystania ze SnowParku oraz trasy nr 2 czarna (pod wyciągiem)!

Uczestnicy programu Narty Dzieciom, którzy nie ukończyli 18 roku życia posiadają **bezwzględny zakaz korzystania ze snowparku!!!** Pełnoletni uczestnicy zobligowanisą do konsultacji chęci skorzystania ze Snowparku oraz trasy nr 2 **z opiekunem grupy** oraz przestrzegania regulaminu.

6. Na orczyku poruszaj się wyłącznie wyznaczonym torem jazdy! Nie slalomem!

7. Wyprzedzanie

Wyprzedzać można zarówno po stronie lewej lub prawej, lecz w takiej odległości, która nie ograniczy wyprzedzanemu jazdy dotychczasowym śladem i tempem.

8. Przejazd przez skrzyżowanie tras narciarskich i włączanie się do ruchu

Narciarz zaczynając zjazd na trasie zawsze powinien spojrzeć w górę, czy przypadkiem ktoś nad nim nie rozpoczął właśnie jazdy. Następnie spojrzeć w dół czy ma możliwość jazdy po trasie, a następnie rozpocząć swój zjazd. Identyczne postępowanie obowiązuje po każdym, nawet chwilowym zatrzymaniu się na trasie

lub stoku. Roztargnienie i nieprzewidywalne włączenie się do ruchu jest częstym powodem wypadków, więc ruszajmy z głową.

9. Unikaj zatrzymywania się!

Należy unikać zatrzymania się na trasie zjazdu, zwłaszcza w miejscach zwężeń i miejscach o ograniczonej widoczności. Po ewentualnym upadku narciarz winien usunąć się z toru jazdy możliwie jak najszybciej.

10. Nie podchodź ani nie schodź ze stoku na nogach!

Stok narciarski służy do jazdy na nartach lub snowboardzie, więc chodzenie, zjeżdżanie na sankach czy jabłuszkach itp. możliwe jest tylko poza trasą. Narciarz, jeżeli musi, powinien podchodzić bądź schodzić tylko bokiem trasy, a w przypadku złej widoczności powinien zejść zupełnie z trasy.

11. Przestrzegaj znaków narciarskich

Każdy narciarz musi stosować się do znaków narciarskich ustawionych na trasach.

12. Wypadki

W razie wypadku każdy, kto znajdzie się w pobliżu winien poszkodowanemu spieszyć z pomocą.

13. Korzystanie z kolei linowej

Jeżdżąc koleją linową krzesełkową pamiętamy o zamykaniu zabezpieczenia, prosimy o dobieranie się w pary tak aby zawsze była z nami osoba wyższa, która nie będzie miała problemu z zamknięciem zabezpieczenia.

14. Uczestnicy programu Narty Dzieciom proszeni są o słuchanie opiekunów, wolontariuszy, instruktorów, pracowników restauracji i wyciągu jaki i ratowników!

Rada od Ośrodka KiczeraSki: pamiętajmy o rozgrzewce przed jazdą! 

Dobrej zabawy życzy cały zespół