

Крутые виражи, или Как остаться живым после зимнего отдыха?

Легкие, удобные, яркие надувные санки – тюбинги - стали настоящим хитом продаж нынешней зимой. Но вместе с популярностью отдыха на крутых ледяных склонах на высоких скоростях сегодня приходится сталкиваться и с другим стихийным бедствием – с начала зимы в учреждения здравоохранения Беларуси обратилось более ста человек с травмами различной степени тяжести. Не обошлось, к сожалению, без самых печальных последствий.

В Минске 6-летний и 8-летний мальчики в разных районах столицы при спуске на тюбинге с горы ударились головой о дерево, а 9-летняя девочка столкнулась головой с другим ребенком. В Минском районе 8-летняя девочка также ударилась головой о дерево, а в Волковыске 11-летний мальчик – спиной о камни. В результате происшествий дети получили переломы, тяжкие травмы. В Могилеве 24-летний парень катался с горки и погиб, врезавшись в столб. 9 января на крутом спуске получил травмы головы школьник из Полоцка. Сейчас ребёнок находится под присмотром врачей Витебской областной клинической больницы.

Абсолютно неконтролируемая «ватрушка» может развивать скорость до 100 километров в час, иногда она закручивается вокруг своей оси. Опытные пользователи, конечно, могут незначительно корректировать траекторию с помощью наклонов корпуса, но вряд ли таких навыков стоит ожидать от ребенка. А ведь как не парадоксально, но чем круче и опаснее спуск, тем больше там народу с тюбингами. К сожалению, отдыхающие начинают осознавать, что это не шутки только тогда, когда приходится обращаться в учреждение здравоохранения.

Статистика показывает: о правилах безопасности забывать не стоит! Ведь это как раз тот случай, когда здоровье человека зависит от него самого.

Как выбрать свой тюбинг

При выборе тюбинга нужно обратить внимание на его размер. Есть два вида: взрослые (110-120 см в диаметре) и детские (80-90 см). Может казаться, что чем больше тюбинг, тем он безопаснее, но это не так. Чтобы подобрать «ватрушку» под человека, нужно учитывать и рост, и вес.

Рост до 110 см. Вес до 50 кг - диаметр 65-85 см.

Рост до 140 см. Вес до 80 кг - диаметр 90-95 см.

Рост до 170 см. Вес до 120 кг - диаметр 100-110 см.

Рост до 200 см. Вес до 150 кг - диаметр 125 см.

Рост без ограничений. Вес до 150 кг - диаметр 150 см.

Как правильно выбрать трассу

Одно из необходимых условий катания – горка или трасса. Кататься на тюбингах нужно только на оборудованных трассах. Здесь есть защитные сооружения - бортики, которые позволяют человеку не вылететь на поворотах. Там всегда дежурит специальный человек. Он следит за тем, чтобы люди не катились друг на друга, не находились на трассе в состоянии алкогольного опьянения.

Если же вы не можете выехать покататься на специальную трассу, то нужно, чтобы место для катания соответствовало определенным условиям:

- спуск должен быть хорошо просматриваем, без резких поворотов и обрывов;
- перед началом катания необходимо убедиться, что на трассе нет ям, бугров, деревьев, мусора, кустов и т.д;
- не стоит выходить кататься, если недавно было потепление, а потом ударили заморозки. Горки становятся ледяными, от этого скорость тюбинга только увеличивается, и он становится еще более неуправляемым;
- кататься рекомендуется на склонах, не превышающих 20 градусов;
- в конце склона должно быть достаточно места для торможения и безопасного ухода с трассы.

Как правильно кататься

- Руками нужно крепко держаться за специальные ручки, ноги не опускать к земле и голову не запрокидывать.

- Если необходимо резко затормозить, то ни в коем случае нельзя делать это руками или ногами. Так можно и кости переломать. В критической ситуации лучше перевернуть «ватрушку», чтобы избежать столкновения с препятствием.

- Не спускайтесь «паровозиком», не связывайте тюбинги друг с другом. Если одна из «ватрушек» перевернется, остальные поступят точно таким же образом. В такой «куче» вам вряд ли удастся избежать травм.

- Не кататься в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, прыгать и ездить стоя, привязывать «ватрушку» к транспортным средствам, кататься в зоне работы снегоуборочной техники.

И последнее, золотое, правило: дети должны находиться под присмотром родителей! Малышей и школьников без взрослых кататься на тюбинге лучше не отпускать.