



**Не катайтесь «паровозиком»  
и не связывайте тубинги между собой**

Тубингом нельзя управлять и контролировать его скорость. Катайтесь строго по очереди и по одному

Одно неловкое движение или случайный поворот могут повлечь за собой серьезные ушибы, переломы и травмы головы.

Используйте тубинги,  
подходящие по размеру:



Для ребёнка ростом менее 100 см:  
«ватрушки» диаметром до 75 см

Для подростка или взрослого ростом 100–165 см:  
«ватрушки» диаметром около 90 см

Для подростка или взрослого ростом 165–190 см:  
«ватрушки» диаметром от 100 см.

Прежде чем начать спуск, убедитесь, нет ли там ям, бугров, камней, ограждений и всего того, что может представлять опасность для жизни и здоровья.



**Катайтесь строго на подготовленных  
для этого площадках**

Объясните ребёнку, что переходить горку поперёк нельзя, даже если ему кажется, что он успеет перебежать до того, как кто-то съедет

На льду легко поскользнуться и попасть под ноги съезжающим.



**Нельзя перебегать зону катания**