

Внимание: правила катания на тубингах



Каждую зиму детский травматизм увеличивается примерно на треть. Беспечное отношение к мерам безопасности при катании на коньках и лыжах, санках и тубингах нередко приводит к серьезным травмам.

Что такое тубинг? от английского слова «труба» и означает катание на надувных санках по снегу или воде.

Опасность катания на тубингах: слишком большая скорость спуска, отсутствие тормозов, невозможность управлять средством.

Как выбрать тубинг правильно?

- Учитывать рост того, кто будет кататься.
- Посадочное место выбирать широкое.
- Лучше всего покупать тубинги с молниями, которые закрывают отверстия для камеры. Шнуровка может развязаться, а липучка – забиться снегом.
- Материал чехла должен быть прочным, самой лучшей считается ПВХ ткань.
- Трос для перетаскивания тобоггана должен быть до 150 сантиметров, оптимальным считается крепление, которое позволяет менять веревку.
- Учитывать плотность ткани. Если кататься планируют пару раз в неделю, подойдет материал малой плотности, если - ежедневно, стоит купить с большой. Любителям ледяных горок лучше приобрести туб с дном из пластика.

Правила катания на тубингах (ватрушках)

Обезопасить себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые и, казалось бы, само собой разумеющиеся правила:

- ✓ Кататься на «ватрушках» можно только на специально подготовленных трассах, где нет риска столкнуться с препятствиями и с другими катающимися.
- ✓ Специалисты советуют кататься на надувных санках на склонах с уклоном не больше 20 градусов. Внизу должно быть достаточно места для торможения.
- ✓ Нельзя съезжать на тубинге по склонам, поросшим деревьями; на которых есть ямы, бугры, торчащие кусты, камни. И, конечно, не стоит кататься на надувных санках по песку или щебню.
- ✓ Перед спуском с горки и во время него следите, чтобы на вашем пути не было других катающихся.
- ✓ Нельзя прикреплять тубинги друг к другу «паровозиком»: они могут перевернуться.
- ✓ Не привязывайте надувные санки к снегокатам, снегоходам, квадроциклам и другим транспортным средствам. И тем более, к животным.
- ✓ Опасно кататься на надувных санях вдвоем, втроем и т.д.: из «ватрушки» можно выпасть.
- ✓ Не перегружайте тубинг: в характеристиках каждой модели указан максимально допустимый для нее вес.
- ✓ Кататься на «ватрушке» нужно сидя. Не прыгайте на ней как на батуте.
- ✓ Во время катания держитесь за специальные ремни, расположенные по бокам тубинга.
- ✓ Если вы накачивали или подкачивали ватрушку на холоде, то, внося ее в теплое помещение или в салон автомобиля, выпустите часть воздуха из камеры. Если «ватрушка» была сильно надута холодным воздухом, то в тепле воздух начнет расширяться и камера может лопнуть.



Врач-гигиенист (заведующий отделом)
отдела общественного здоровья
Дервоедова Екатерина Васильевна