

---

**Обязательные правила катания на горных лыжах и сноуборде**



Ощущения от катания на горных лыжах, когда ветер в лицо и скрип белоснежного снега под ногами, доступны и взрослым и детям.

Приводим краткий перечень правил поведения на склоне, которые были разработаны FIS.

Каждый лыжник и сноубордист обязан хорошо знать эти правила, уважать и соблюдать их.

#### Правило 1. Уважай окружающих

Лыжник или сноубордист должен вести себя таким образом, чтобы не подвергать опасности окружающих.

#### Правило 2. Контроль скорости и направления движения

Лыжник или сноубордист должен двигаться управляемо. Его скорость и способ спуска должны соответствовать ситуации.

#### Правило 3. Выбор направления

Лыжник или сноубордист, приближающийся сзади, должен выбирать направление движения, которое не создаст опасности для окружающих.

#### Правило 4. Обгон

Лыжник или сноубордист может обгонять другого лыжника сверху, снизу, справа или слева.

#### Правило 5. Выход, начало движения, движение вверх по склону

Лыжник или сноубордист, выходящий на размеченную трассу или начинающий движение, должен избегать создания опасности для себя и окружающих.

#### Правило 6. Остановка на склоне

За исключением чрезвычайной необходимости лыжник или сноубордист должен избегать остановки на склоне, чтобы быстрее освободить склон.

#### Правило 7. Подъем и спуск без лыж

Лыжник или сноубордист, поднимающийся вверх, как на лыжах так и без, а также спускающийся, должен соблюдать правила безопасности.

#### Правило 8. Соблюдайте знаки и разметку

Лыжник или сноубордист должен соблюдать знаки и разметку на склоне.

#### Правило 9. Помощь

При несчастном случае долг каждого лыжника или сноубордиста оказать помощь пострадавшему.

