

## Меры предосторожности при катании на тюбинге (ватрушке)

Надувные санки (тюбинги) в последние годы приобретают все большую популярность, вытесняя деревянные и пластиковые санки со склонов и горок. Катание на санках ватрушках не требует специальных навыков, хорошей спортивной формы, предварительных тренировок. Кататься на ватрушке может любой. Кроме того, для катания на тюбинге не требуется специальная одежда: подойдет любая, лишь бы вам было в ней удобно.

В отличие от санок тюбинги способны развивать большую скорость и даже закручиваться вокруг своей оси во время спуска. Это добавляет ярких ощущений и адреналина катающимся. Однако не стоит забывать правила безопасности при катании на надувных санках.

1. Если вы накачивали или подкачивали ватрушку на холоде, то внося её в теплое помещение или в салон автомобиля, рекомендуется выпустить часть воздуха из камеры. Если ватрушка была сильно надута холодным воздухом, то в тепле воздух начнет расширяться и камера может лопнуть.
2. Не следует перегружать тюбинг. В характеристиках каждой модели указан максимально допустимый для нее вес.
3. Кататься на санках ватрушках рекомендуется на склонах с уклоном не больше 20 градусов. Внизу склона должно быть достаточно места для торможения. Не следует кататься на тюбингах по склонам, поросшим деревьями.
4. Прежде чем начать спуск по неподготовленной трассе, осмотрите ее на предмет наличия ям, бугров, торчащих кустов, камней. Последние могут серьезно повредить ватрушку проколов или разрезав ее. Также не стоит кататься на надувных санках по песку или щебню.
5. Санки ватрушки развивают большую скорость, поэтому на склоне обращайте внимание на других катающихся. Перед началом спуска убедитесь, что перед вами нет никого из катающихся, особенно детей.
6. Не стоит кататься на тюбинге в состоянии алкогольного опьянения.
7. Кататься на санках ватрушках следует сидя. Не пытайтесь кататься на ватрушке стоя или прыгая как на батуте.
8. Для предотвращения потемнения оболочки и сохранения первоначального внешнего вида, рекомендуем хранить санки-ватрушки, сдув и вынув из оболочки камеру и положив её в отдельный полиэтиленовый пакет.
9. Не привязывайте надувные санки к транспортным средствам: снежокатам, квадроциклам, автомобилям и т.д.

**Соблюдая эти несложные правила, вы обезопасите себя и окружающих от возможных травм и повреждений.**