

## **REGULAMIN SZKOLEŃ NARCIARSKO - SNOWBOARDOWYCH**

1. Głównym celem szkoleń w okresie ferii śląskich jest wspólne aktywne spędzenie czasu w ferie zimowe, pod opieką wykwalifikowanej kadry instruktorskiej narciarskiej i snowboardowej.
2. Każdy uczestnik zobowiązany jest do punktualności i przestrzegania ramowego planu dnia.
3. Każdy uczestnik ma obowiązek przestrzegać regulaminy wewnętrzne takie jak: regulamin – 10 zasad poruszania się po stoku. Powyższe wskazówki przedstawiane są bezpośrednio podczas organizacji szkolenia, mogą się Państwo zapoznać z nimi poniżej.
4. Uczestnicy szkolenia zostają zapoznani z ww. regulaminem i zasadami bezpieczeństwa w trakcie zajęć narciarskich i snowboardowych
5. Wszyscy zobowiązani są do kulturalnego zachowania, wzajemnej uprzejmości i życzliwości.
6. Uczestnicy szkoleń zobowiązani są do stosowania się do poleceń instruktorów, ze względu bezpieczeństwa pod żadnym pozorem nie można samowolnie oddalać się od grupy.
7. Uczestnicy szkoleń we wszystkich sprawach mają prawo zwrócić się do instruktorów.
8. W żadnym wypadku nie odłączamy się od grupy.
9. Tylko za pozwoleniem instruktora, uczestnik może dokonać zakupów produktów wcześniej przedstawionych instruktorowi.
10. Uczestnik szkoleń ponosi odpowiedzialność za przedmioty wartościowe np. telefon oraz pieniądze, które ma ze sobą.
11. Uczestnicy zobowiązani się użytkować sprzęt sportowy zgodnie z jego przeznaczeniem.
12. Organizator zastrzega zmianę stoków narciarskich w zależności od warunków śniegowych, pogodowych, i sytuacyjnych.
13. Rodzic nie jest decyzyjny w sprawie podziału na grupy pod względem umiejętności jazdy uczestników.
14. Organizator zastrzega zmianę aktywności ze szkoleń narciarskich/ snowboardowych na np. wyjście do kina, na basen ze względów pogodowych deszcz, lub bardzo silny wiatr itp.

# REGULAMIN - 10 ZASAD PORUSZANIA SIĘ PO STOKU

1. Miej wzgląd na inne osoby! Nie zagrażaj bezpieczeństwu innych osób na trasie. Zderzenie z kimkolwiek może Cię zboleć. Rodzina i znajomi będą smutni, jeśli będziesz leżał w łóżku ze złamaną nogą.
2. Panuj nad szybkością i sposobem jazdy! Nie jedź na kreczę prosto w dół. Upadek przy dużej prędkości może być bolesny. Jedź małymi i dużymi skrętami. Ścigaj się tylko na zawodach – tak postępują prawdziwi mistrzowie.
3. Wybierz odpowiedni kierunek jazdy! Chcąc rozpocząć jazdę w dół, wybierz taki kierunek jazdy, żeby nie wjechać w nikogo. Jeśli jadąc z góry potrącisz narciarza, który był poniżej Ciebie, będzie to Twoja wina. Patrz na pozostałych narciarzy i myśl podczas jazdy.
4. Wyprzedzaj innych bezpiecznie! Jeśli wyprzedzasz innych narciarzy, rób to w bezpiecznej odległości od nich. Jeśli jedziesz prędzej od innych, bądź mistrzem bezpiecznego zachowania.
5. Pamiętaj, że tory jazdy się krzyżują! Gdy przez chwilę stałeś z boku trasy i chcesz ponownie włączyć się do ruchu, spójrz w górę trasy, a potem w dół. Nie wjeżdżaj na tor jazdy narciarza nadjeżdżającego z góry. Ruszaj więc w takim momencie, żeby innym nie przeszkodzić w ich jeździe.
6. Zatrzymuj się tylko na poboczu trasy! Jeśli zechcesz się zatrzymać, pamiętaj, żeby zjechać na pobocze trasy i dopiero wtedy stanąć. Jeśli upadniesz, podnieś się jak najszybciej. Nie leż długo na śniegu. Wstań i zjedź na bok trasy lub kontynuuj jazdę w dół.
7. Podchodź tylko poboczem trasy! Jeśli musisz podejść kawałek w górę trasy, nie idź nigdy jej środkiem. Poruszając się na nartach, podchodź poboczem. Idąc w butach bez nart, podchodź poza trasą. Podobnie zachowuj się przy schodzeniu.
8. Stosuj się do znaków narciarskich! Na wyciągach i na poboczach tras znajdują się znaki narciarskie. Stosuj się do nich. Pamiętaj też, że część znaków służy do informowania narciarzy – korzystaj z tych informacji. Dzięki temu będziesz wiedział, jakie są warunki na trasach i o której godzinie zamykają wyciągi.
9. Pokaż, że i Ty potrafisz pomóc! Jeśli zauważyłeś na trasie wypadek, postaraj się pomóc. Wezwij ratowników. Na pewno pamiętasz numer alarmowy 112. Możesz też zadzwonić bezpośrednio do ratowników górskich pod numer 601 100 300.
10. Podaj swoje dane osobowe! Gdy jesteś świadkiem lub uczestnikiem wypadku narciarskiego, nie odjeżdżaj. Zaczekaj na ratowników górskich lub policjantów. Gdy zapytają Cię o Twoje dane osobowe, powiedz im jak się nazywasz, gdzie mieszkasz oraz ewentualnie numer Twojego telefonu.