**ТЮБИНГ**

САМЫЙ ОПАСНЫЙ И НЕПРЕДСКАЗУЕМЫЙ ВИД ЗИМНЕГО ОТДЫХА

Тюбинг — катание на надувных санках (тюбах) по снегу. В разговорной речи также «ватрушка», «надувные санки», «бублики», «пончики», «тобогганы». Санки (тюб) — надувная круглая камера в чехле с усиленным дном и ручками. В отличие от санок они способны развивать большую скорость и даже закручиваться вокруг своей оси во время спуска. При этом они абсолютно неуправляемые и не оборудованы тормозным устройством. Летящий на высокой скорости, без возможности затормозить взрослый человек подобен автомобилю, у которого отказали тормоза, он либо собьет кого-нибудь, либо врежется сам. **При катании запрещается:** 1. кататься в алкогольном или наркотическом опьянении;
2. прыгать и ездить стоя;
3. кататься в необорудованных местах, а также с гор, покрытых растительностью, деревьями или кустарниками;
4. кататься по поверхности с трамплинами или другими препятствиями;
5. подниматься на гору выше ограничительной сетки или предупредительных знаков;
привязывать ватрушку к транспортным средствам;
6. кататься в зоне работы снегоуборочной техники. Также нельзя прикреплять ватрушки друг к другу «паровозиком», они могут перевернуться. Опасно садиться на надувные сани вдвоем, из него можно вылететь **Можно получить перелом позвоночника !** Чаще всего привозят пострадавших с переломом позвоночника. Катаясь на «ватрушках», получить такие травмы как раз плюнуть, особенно детям. Не обязательно даже переворачиваться и врезаться во что-либо. Резкое сгибание вперед – и готово. И если у детей с переломом позвоночника есть больше шансов на восстановление, то для многих взрослых это, увы, равносильно инвалидности. Самые большие везунчики умудряются отделаться месяцем постельного режима

**Не хотелось бы никому запрещать кататься на тюбах, но рекомендуем подходить к таким развлечениям предельно осторожно!!!** 

 Специалист ЦЗПиМ «Надежда» Руммо М.В.