



УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО «Национальная Лига инструкторов»

инструкторов»

О.В. Даргужас

« 1 » июня 2023 г.

ИНСТРУКЦИЯ

«О правилах и технике безопасного катания на роликовых коньках на подготовленных площадках и в городе в рамках курсов подготовки инструкторов»

1. Общие положения

1.1. Катание на роликовых коньках на подготовленных площадках и в городе в рамках курсов подготовки инструкторов НЛИ – является видом активной деятельности, потенциально опасным для здоровья и жизни любого из участников данного курса.

1.2. Участник организованного курса должен знать, что он подвергается следующим факторам риска:

- природные: дождь, ветер, солнечная радиация, уклоны разной крутизны.
- катание на роликовых коньках в городских условиях: спуски, лестницы, пешеходы, пересечение автомобильных дорог, и другие городские препятствия.

Все вышеперечисленное требует от каждого участника курса повышенного внимания, осторожности и взаимоуважения, а также неукоснительного исполнения требований руководителя организованной группы.

1.3. Каждый участник курса, осознавая вышеперечисленные факторы риска, по своей воле, в полном рассудке и реально оценивая свой уровень физической и психологической подготовки, принимает решение об участии в выбранном курсе, и несет персональную ответственность за свои действия (или бездействие). Каждый участник организованного курса понимает, что катание на роликовых коньках несет за собой долю риска, которую он берет на себя и освобождает Исполнителя от ответственности за возможные последствия.

1.4. Исполнитель прилагает все усилия и принимает все меры предосторожности с целью уменьшения вышеуказанных рисков, однако не несет ответственность за ущерб, который может быть причинен участнику курса в случае наступления какого-либо из рисков.

1.5. При наличии в группе участников разного уровня подготовки, руководитель организованной группы выбирает маршрут, темп ориентируясь на безопасное преодоление маршрута наименее подготовленным членом группы.

1.6. Стандартная группа участников организованного курса составляет от 8 до 14 человек. При этом формирование группы с примерно равным уровнем катания не гарантируется.

1.7. Как правило, каждая группа закреплена за 1 (одним) руководителем группы.

1.8. В зависимости от времени года, метеоусловий, места проведения курса катание может быть ограничено в связи с погодными условиями.

1.9. Решение о прекращении катания в условиях, грозящих личной безопасности участников находится в исключительной компетенции руководителя группы, и не подлежит обсуждению.

1.10. Во время участия в курсе каждый участник обязан выполнять распоряжения руководителя группы, непосредственно связанных, с процедурой катания и программой курса.

1.11. В случае нарушения участником организованного курса пункта 1.10., настоящей Инструкции, руководитель организованной группы не несет ответственность за возможные последствия, связанные с таким нарушением, а также, имеет право отстранить участника от катания, без возврата денежных средств за оплату курса.

2. Подготовка к катанию

2.1. Оборудование и экипировка:

2.1.1. Каждый участник, организованной группы должен иметь при себе следующую экипировку: роликовые коньки, шлем, защиту кистей, наколенники, налокотники и одежду, предназначенную для катания. Наличие защитных шорт рекомендуется.

2.2. Вся экипировка должна быть исправна, отрегулирована и подогнана участниками курса самостоятельно.

3. Катание на роликовых коньках в городских условиях и скейт-парках

3.1. Правила пересечения автомобильных дорог:

3.1.1. Пересекать автомобильные дороги необходимо только по пешеходным переходам, на разрешающий сигнал светофора.

3.1.2 При пересечении автомобильных дорог, убедитесь, что вы не создаете помех другим участникам движения.

3.1.3. При пересечении автомобильной дороги первым выезжает руководитель группы и перекрывает движение, затем дорогу пересекает остальная группа.

3.2. Правила движения по выделенной пешеходной дороге:

3.2.1. При движении по пешеходной зоне необходимо учитывать свои физические и технические способности, а также покрытие, погодные условия и трафик передвижения пешеходов.

3.2.2. Ехать на роликах необходимо так, чтоб не создавать помех, другим участникам движения

3.2.3. Обгонять других участников движения можно с любой стороны, на безопасном расстоянии.

3.3. Правила движения по велодорожке:

3.3.1. При наличии велодорожки, двигаться следует по ней.

3.3.2. При движении по велодорожке необходимо учитывать свои физические и технические способности, а так же покрытие, погодные условия и трафик движения.

3.3.3. Двигаться необходимо по своей полосе.

3.3.3. Обгонять можно по встречной полосе, при отсутствии встречного движения.

3.4. Правила катания в скейт-парке:

3.4.1. При катании в скейт-парке необходимо наличие полного комплекта защиты (шлем, защиты кистей, наколенники, налокотники и одежду, предназначенную для катания);

3.4.2. При катании в скейт парке необходимо учитывать свои физические и технические способности, а так же покрытие, погодные условия и трафик движения.

3.4.3. При входе на территорию скейт-парка, необходимо ознакомиться с траекториями движения других спортсменов и убедится, что вы никому не мешаете.

3.4.4. Останавливаться разрешается только в безопасных местах.

3.4.5. Перед началом движения дайте знать об этом другим спортсменам, подняв руку вверх.

3.4.6. В случае падения, если можете сами встать, необходимо незамедлительно уйти в безопасную зону.