

Вода

Каждый гражданин обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде.

Если Вы не умеете плавать, не следует чрезмерно доверять надувным матрасам, автомобильным камерам и прочим подручным плавсредствам. Во-первых, в самый неподходящий момент они могут лопнуть. Во-вторых, течением и ветром вас может отнести далеко от берега.

Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам купаться. Лучшее время суток для плавания: 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше, чем через час-полтора после приема пищи.

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен постоянно соблюдать осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде. Перед купанием следует отдохнуть. Не рекомендуется входить в воду разгоряченным. Не отплывайте далеко от берега. Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно. Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь. Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах.

Теперь о любителях марафонских заплывов.

Крайне опасно переоценивать свои силы. Общеизвестно, что реже всего тонут люди, которые плавают хорошо и очень плохо. Чаще всего страдают пловцы, ошибающиеся в своих силах. Обычно, но совсем неоправданно, они чувствуют себя на воде профессионалами. Из-за этой, неподтвержденной опытом, уверенности, большинство все же тонет. Никогда не считайте себя отличным пловцом и будете плавать до глубокой старости!

На воде и вблизи нее запрещается:

- подплывать к судам и иным плавучим средствам;
- подплывать к лыжнику, вейкбордисту, водному баллону и т.п., готовящимся к старту;
- плавать в зоне приземления человека с тарзанки;
- плавать в темное время суток и при плохой видимости;
- прыгать с не приспособленных для этих целей сооружений в воду;
- распивать спиртные напитки и купаться в состоянии алкогольного опьянения, а также пользоваться аттракционами, допускающими контакта с водой;
- хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде;
- не умеющим плавать: купаться далеко от берега и на глубине более 1,2 метра;
- плавать на досках, бревнах и других, не приспособленных для этого средствах (предметах);
- загрязнять и засорять водоем и поверхность берега;
- прыгать в лодку и нырять с лодки;
- долго купаться в холодной воде;
- подавать ложные сигналы бедствия;
- оставлять у воды и отпускать детей купаться без присмотра взрослых, которые умеют хорошо плавать.

В случае, если тонет человек:

- не пытайтесь его спасти, если не уверены в своих силах;
- сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»;
- при возможности бросьте в воду предмет, который поможет тонущему с его помощью удержаться на плаву.

Суша (территория острова и противоположный берег)

На суше запрещается:

- принимать участие в спортивных играх, в особенности с мячом, в не отведенных для этих целей местах;
- пользоваться спортивным инвентарем без согласования с организаторами;
- забираться на непригодные для этих целей сооружения;
- спать на земле без навеса и вблизи от воды (не рекомендуем);
- долгое время находиться на солнце без средств от его защиты;
- оставлять колющие и режущие предметы на земле и в местах общего пользования (например: колышки от палатки, битое стекло, ножи и т.п.);
- брать имущество лагеря проекта, не предназначенное для всеобщего использования;
- находиться в служебных (огороженных) зонах лагеря проекта без разрешения организаторов (в частности на кухне и музыкальной сцене);
- выбрасывать мусор в местах, не предназначенных для этого;
- разведение костров вблизи деревьев и сооружений лагеря проекта и палаток участников;
- вырубка деревьев.

Мусор

Просим Вас, во время пребывания на острове, выбрасывать мусор только в специально организованных нами местах – в мусорные мешки и мусорные контейнеры (в особенности это касается сигаретных окурков и мелкого мусора). Перед отъездом с острова не поленитесь донести мусор, накопившийся поблизости от Вашей палатки до мест его общего сбора. Если Вам будут нужны мусорные мешки, обратитесь к организаторам, и мы их предоставим.

Все это не займет у Вас много усилий, но очень поможет нам сэкономить часы, которые мы тратим на уборку территории острова и его окрестностей после наших выездов.

Водные лыжи, вейкборд и водный баллон

- всегда одевайте спасательный жилет – он поможет не только удержаться на плаву в экстренной ситуации, но и отдыхать на воде в период подготовки буксировочной лодкой);
- перед стартом осмотрите спортивный инвентарь, крепления и фал (трос): на них не должно быть острых и выступающих частей, иначе Вы можете пораниться;
- в случае падения нужно сгруппироваться и отпустить фал;
- всегда катайтесь на безопасной скорости (используйте сигнальные жесты для общения с водителем буксировочной лодки);
- держитесь подальше от доков, катеров и людей, ловящих рыбу;
- будьте внимательны, когда пересекаете встречные волны, проезжаете мимо частично погруженных объектов, пловцов и всего, что может оказаться между вами и буксировочной лодки;
- если Вы не хотите перевернуться при катании на водном баллоне, постарайтесь максимально прижаться к его поверхности и распределить центр тяжести своего тела как можно ближе к воде;
- запрещается катание на одноместном водном баллоне вдвоем или более человек, а также в сгруппированном положении тела;
- во время катания на водном баллоне мышцы шеи и конечностей должны быть в напряженном состоянии.

Основные сигнальные жесты для общения с водителем буксировочной лодки:

- большой палец вверх – больше скорости;
- большой палец вниз – меньше скорости;
- ладонь на голове – обратно в док;
- кольцо из сомкнутых большого и указательного пальцев – все хорошо, так держать.

И помните, если Вы больше не хотите ехать, просто бросьте фал. Будьте аккуратны, выполняя простые элементы (трюки), чаще всего именно при выполнении простых элементов можно получить тяжелую травму.

О других правилах и основных моментах Вам расскажет на месте инструктор.

Блоб-катапульта

Данный аттракцион не представляет опасности для здоровья участников при соблюдении следующих правил:

Для «вылетающего» человека:

- всегда одевайте спасательный жилет – пользование аттракционом без спасательного жилета строго запрещено!;
- чтобы занять правильную позицию на блобе при старте, Вам необходимо с осторожностью проползти по нему до конца и расположиться на спине примерно в центре относительно его продольной осевой и в полуметре от края;
- положение тела в момент старта может быть как в сгруппированном состоянии (с прижатыми руками к груди коленями), так и в расслабленном «как в кресле-лежанке»;
- после занятия Вами нужной позиции, подайте сигнал о готовности человеку, прыгающему с вышки;
- после приземления в воду и всплытия, сообщите инструктору жестами или голосом, что с Вами все в порядке.

Для прыгающих(его) с вышки человек(а):

- с осторожностью и под контролем инструктора забирайтесь на вышку;
- рассчитайте прыжок так, чтобы место Вашего приземления было примерно по центру, относительно продольной осевой блоба и находилось на безопасном расстоянии от основания вышки и других посторонних объектов;
- осуществляйте прыжок только после готовности «вылетающего» человека и по команде инструктора;
- приземляться на блоб допустимо только спиной или пятой точкой;
- запрещены прыжок и приземление на блоб ногами («солдатином»);
- при прыжке вдвоем будьте аккуратны, договоритесь между собой, чтобы ваш отрыв от вышки и приземление на поверхность блоба было одновременным.

Запрещается пользование аттракционом **без участия инструктора!**

О других правилах и основных моментах Вам расскажет на месте инструктор.

Тарзанка

- если Вы подтягиваетесь на турнике менее 2х раз – не делайте этого!;
- не пренебрегайте использованием спасательного жилета;
- траектория Вашего прыжка должна быть по дуге в сторону, так чтобы от момента разбега по земле до точки «Хх твою мать...», трос был всегда в натянутом состоянии;
- высота прыжка может достигать порядка 6 метров над водой, поэтому для безболезненного приводнения постарайтесь спланировать свой прыжок так, чтобы угол входа в воду был максимально вертикальным;
- не прыгайте с тарзанки, если кроме Вас поблизости больше никого нет.

Категорически запрещается прыгать с дерева в воду, к которому привязана тарзанка! Поверьте, до дна достанете еще как... Рельеф берега в этом месте позволяет безопасно прыгать **только с тарзанки.**

ВАМ ПРИДЕТСЯ ПОКИНУТЬ ТЕРРИТОРИЮ ОСТРОВА В СЛУЧАЕ ВАШЕГО АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПО ОТНОШЕНИЮ К ДРУГИМ ГОСТЯМ И (ИЛИ) ОРГАНИЗАТОРАМ, А ТАКЖЕ ПРИ ГРУБЫХ НАРУШЕНИЯХ ПРАВИЛ ПОВЕДЕНИЯ И ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ. В ЭТИХ СЛУЧАЯХ ВСЯ ОПЛАЧЕННАЯ СУММА СТОИМОСТИ УЧАСТИЯ НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ.

ОРГАНИЗАТОРЫ НЕ НЕСУТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ УЧАСТНИКОВ НАРУШАЮЩИХ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ И ТЕХНИКУ БЕЗОПАСНОСТИ, А ТАКЖЕ ЗА ИХ ЛИЧНЫЕ ВЕЩИ.