

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА ТЕРРИТОРИИ СКАЛОДРОМА

1. Скалолазание является потенциально опасным видом спорта и может представлять повышенную угрозу жизни и здоровью посетителей, в связи с чем приступать к занятиям можно только после ознакомления с настоящей инструкцией. Любой пункт данной инструкции можно уточнить у тренера или администратора.
2. Посетители обязаны неукоснительно выполнять требования сотрудников скалодрома относительно пребывания на территории Скалодрома, занятий и поведения на скалодроме.
3. Лазать на Скалодроме разрешается только в скальных туфлях. Находиться в скальной обуви вне зоны лазания запрещено.
4. При нахождении на Скалодроме запрещено:
  - Залезать за конструкцию скалодрома;
  - Лазать с кольцами на пальцах и другими украшениями, которые могли бы зацепиться за элементы скалодрома, создать предпосылки к несчастному случаю, нанести травму посетителю и окружающим;
  - Жевать жевательную резинку, конфету, или держать во рту какие-либо другие мелкие предметы во время лазания;
  - Устанавливать, снимать, или заменять снаряжение, которым оборудован Скалодром;
  - Осуществлять опасное для своего здоровья и здоровья окружающих лиц спрыгивание со Скалодрома на страховочный мат;
  - Придумывать и осуществлять лазание трасс, которые представляют опасность, как для самих занимающихся, так и для других посетителей;
  - Запрещено использовать для лазания перекрытия здания, металлоконструкции и другие несущие конструкции здания;
  - Сидеть и лежать на страховочных матах;
  - Занимающимся (кроме страхующего) запрещается находиться в зоне возможного падения на маты лазающих спортсменов;
  - Находиться друг под другом во время лазания;
  - Выполнять на мате акробатические элементы;
  - Перемещаться по поверхности мата бегом;
  - Проносить и оставлять на страховочном мате посторонние предметы, в том числе воду, напитки, мобильные телефоны и т.п.;
  - Намеренно раскручивать зацепы;

При нахождении на Скалодроме необходимо:

- При прохождении трасс всегда быть готовым к группировке в случае срыва. При падении на страховочный мат, во избежание причинения себе травм необходимо группироваться (не выставлять прямые руки, не падать на локоть, осуществить амортизацию полусогнутыми напряженными ногами или кувырком);
- Перед стартом на трассе необходимо убедиться, что Ваш старт и дальнейшее движение не создаёт препятствий и не угрожает другим посетителям.

Я, \_\_\_\_\_,

ознакомлен и согласен с изложенными выше правилами техники безопасности при нахождении на скалодроме и рассказал и объяснил их своему ребенку,

\_\_\_\_\_.

Я обязуюсь неукоснительно соблюдать изложенные выше правила техники безопасности.

Я подтверждаю, что ни я, ни мой ребенок не имеем медицинских и иных противопоказаний к занятиям скалолазанием. Я осознанно возможные последствия занятий скалолазанием для своего здоровья и здоровья моего ребенка.

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА ТЕРРИТОРИИ СКАЛОДРОМА

1. Скалолазание является потенциально опасным видом спорта и может представлять повышенную угрозу жизни и здоровью посетителей, в связи с чем приступать к занятиям можно только после ознакомления с настоящей инструкцией. Любой пункт данной инструкции можно уточнить у тренера или администратора.
2. Посетители обязаны неукоснительно выполнять требования сотрудников скалодрома относительно пребывания на территории Скалодрома, занятий и поведения на скалодроме.
3. Лазать на Скалодроме разрешается только в скальных туфлях. Находиться в скальной обуви вне зоны лазания запрещено.
4. При нахождении на Скалодроме запрещено:
  - Залезать за конструкцию скалодрома;
  - Лазать с кольцами на пальцах и другими украшениями, которые могли бы зацепиться за элементы скалодрома, создать предпосылки к несчастному случаю, нанести травму посетителю и окружающим;
  - Жевать жевательную резинку, конфету, или держать во рту какие-либо другие мелкие предметы во время лазания;
  - Устанавливать, снимать, или заменять снаряжение, которым оборудован Скалодром;
  - Осуществлять опасное для своего здоровья и здоровья окружающих лиц спрыгивание со Скалодрома на страховочный мат;
  - Придумывать и осуществлять лазание трасс, которые представляют опасность, как для самих занимающихся, так и для других посетителей;
  - Запрещено использовать для лазания перекрытия здания, металлоконструкции и другие несущие конструкции здания;
  - Сидеть и лежать на страховочных матах;
  - Занимающимся (кроме страхующего) запрещается находиться в зоне возможного падения на маты лазающих спортсменов;
  - Находиться друг под другом во время лазания;
  - Выполнять на мате акробатические элементы;
  - Перемещаться по поверхности мата бегом;
  - Проносить и оставлять на страховочном мате посторонние предметы, в том числе воду, напитки, мобильные телефоны и т.п.;
  - Намеренно раскручивать зацепы;

При нахождении на Скалодроме необходимо:

- При прохождении трасс всегда быть готовым к группировке в случае срыва. При падении на страховочный мат, во избежание причинения себе травм необходимо группироваться (не выставлять прямые руки, не падать на локоть, осуществить амортизацию полусогнутыми напряженными ногами или кувырком);
- Перед стартом на трассе необходимо убедиться, что Ваш старт и дальнейшее движение не создаёт препятствий и не угрожает другим посетителям.

Я, \_\_\_\_\_,

ознакомлен и согласен с изложенными выше правилами техники безопасности при нахождении на скалодроме и рассказал и объяснил их своему ребенку,

\_\_\_\_\_.

Я обязуюсь неукоснительно соблюдать изложенные выше правила техники безопасности.

Я подтверждаю, что ни я, ни мой ребенок не имеем медицинских и иных противопоказаний к занятиям скалолазанием. Я осознанно возможные последствия занятий скалолазанием для своего здоровья и здоровья моего ребенка.

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_