

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;
5. 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 обязуюсь неукоснительно соблюдать их.

Я подтверждаю, что не имею медицинских и иных противопоказаний к занятиям скалолазанием и осознаю возможные последствия занятий скалолазанием для своего здоровья.

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;
5. 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 обязуюсь неукоснительно соблюдать их.

Я подтверждаю, что не имею медицинских и иных противопоказаний к занятиям скалолазанием и осознаю возможные последствия занятий скалолазанием для своего здоровья.

Дата _____ Подпись _____