

**Bezpiecznie  
na stoku**

**plus** 



**Idziesz w góry? Pobierz  
darmową aplikację Ratunek.**

Aplikacja Ratunek powered by Paga Solutions.

# Bezpieczeństwo na stoku

## 1. Wzgląd na inne osoby

Każdy narciarz lub snowboardzista powinien zachowywać się w taki sposób, aby nie stwarzać zagrożenia dla innych osób.

## 2. Panowanie nad szybkością

Narciarz lub snowboardzista powinien zjeżdżać z szybkością dostosowaną do swoich umiejętności, trudności i stanu trasy oraz warunków atmosferycznych.

## 3. Wybór kierunku jazdy

Jadący powyżej narciarz lub snowboardzista, dysponując lepszą widocznością i możliwościami, musi wybrać taki tor jazdy, aby uniknąć wszelkiej możliwości zderzenia z osobą znajdującą się poniżej.

## 4. Wyprzedzanie

Wyprzedzanie może następować zarówno po stronie dostokowej, jak i odstokowej, po stronie prawej lub lewej, lecz zawsze w takiej odległości, która pozwoli uniknąć potrącenia wyprzedzanego.

## 5. Przejazd i krzyżowanie torów jazdy

Narciarz lub snowboardzista, który wchodzi/wjeżdża na trasę, powinien sprawdzić, patrząc w górę i w dół, czy nie spowoduje niebezpieczeństwa dla siebie i innych. To samo obowiązuje go przy każdym ruszaniu z miejsca po chwilowym zatrzymaniu.

## 6. Zatrzymanie się

Tylko w razie absolutnej konieczności narciarz lub snowboardzista może zatrzymać się na trasie zjazdu, zwłaszcza w miejscach zwężzeń i miejscach o ograniczonej widoczności. Po ewentualnym upadku narciarz powinien usunąć się z toru jazdy tak szybko, jak to możliwe.

## 7. Podchodzenie i schodzenie

Narciarz lub snowboardzista powinien podchodzić tylko poboczem trasy, a w przypadku złej widoczności powinien zejść zupełnie z trasy. To samo zachowanie obowiązuje narciarzy i snowboardzistów, którzy pieszo schodzą w dół.

## 8. Przestrzeganie znaków narciarskich

Każdy narciarz lub snowboardzista winien stosować się do znaków narciarskich ustanowionych na trasach.

## 9. Zachowanie w razie wypadku

W razie wypadku każdy, kto znajdzie się w pobliżu, powinien udzielić poszkodowanemu pomocy.

## 10. Stwierdzenie tożsamości

Każda osoba uczestnicząca w wypadku lub będąca jego świadkiem powinna podać swoje dane osobowe.

**Zapamiętaj numer ratunkowy w górach**

**601 100 300**

**Sprawdź, jaki jest numer do ratowników narciarskich w miejscu, gdzie jeździsz na nartach.**

Opłata za połączenie wg Cennika operatora. Dla Klientów Plusa połączenia z numerem alarmowym za darmo.