

Pravidla chování na sjezdovce

1. Brát ohled na ostatní lyžaře a snowboardisty

Každý lyžař nebo snowboardista se musí neustále chovat tak, aby neohrožoval nebo nepoškozoval někoho jiného.

- Neohrožovat a nepoškozoval může znamenat
- nešermovat hůlkama
- správně nosit lyže
- nedělat si z lidí na sjezdovce slalom
- dát prostor dětem a začátečníkům

2. Zvládnutí rychlosti a způsobu jízdy

Každý lyžař nebo snowboardista musí jezdit na dohled. Svou rychlost a svůj způsob jízdy musí přizpůsobit svým schopnostem, terénem, sněhovým a povětrnostním poměrům, jakož i hustotě provozu.

- Přizpůsobit zde znamená
- jako začátečník nejezděte na černou
- udržujte vzdálenosti, v jakých umíte zabrzdit
- když je mlha nebo hustě sněží, jeďte pomalu
- před zlomem nebo zatáčkou sjezdovky vždy zpomalte
- nezávodte

3. Volba jízdni stopy

Lyžař nebo snowboardista přijíždějící zezadu musí svou jízdni stopu zvolit tak, aby neohrožoval lyžaře jedoucího před ním.

- Při předjíždění tedy myslete na
- nepředvídatelný pohyb lyžaře před vámi
- sledujte směr a rychlost pohybu předjížděného
- pozor na nečekané zabrzdění
- nepředjíždějte těsně na kraji sjezdovky
- hlídejte si záda, doporučuji průběžně zastavovat

4. Předjíždění

Předjíždět se může shora nebo zespodu, zprava nebo zleva, ale vždy jen s odstupem, který poskytne předjížděnému lyžaři či snowboardistovi pro všechny jeho pohyby dostatek prostoru.

- Shora nebo zespodu, zprava, zleva, jak na to
- oblouk zespodu je protažení oblouku zpět do kopce
- pozor na dlouhé rychlé oblouky, nemusíte vidět šusaře shora
- dívejte se i do stran, nejen dopředu
- když vidíte lyžaře nebo snowboardistu, on vás vidět nemusí

5. Vjíždění a rozjíždění

Každý lyžař nebo snowboardista, který chce vjet do sjezdové tratě nebo se chce po zastavení opět rozjet, se musí pohledem nahoru a dolů přesvědčit, že to může učinit bez nebezpečí pro sebe a pro ostatní.

- Jak se tedy rozhlížet a rozjíždět
- podívejte se nahoru, jestli se někdo neřítí
- i zespodu můžete čekat rolbu nebo skútr
- rozjíždějte se plynule nejlépe u kraje sjezdovky
- pozor v zákrutách a na zlomech svahu, je tam špatně vidět
- u křížení sjezdovek nebo cest vždy zpomalte

6. Zastavení

Každý lyžař nebo snowboardista se musí vyhýbat tomu, aby se zbytečně zdržoval na úzkých nebo nepřehledných místech sjezdové tratě. Lyžař nebo snowboardista, který upadl, musí takové místo uvolnit co nejdříve.

- Kde a jak se tedy vyhnout
- po pádu ihned sledujte, kdo jede shora
- nazouvejte a zouvejte se u kraje sjezdovky
- zastavujte vždy nad zlomem sjezdovky
- v zatáčce doporučuji zastavit na jejím vnějším okraji
- pozor na "trychtýřový" efekt v úzkých úsecích, nezastavujte tam
- nestůjte pod ledovými plotnami nebo boulemi

7. Stoupání a sestup

Lyžař nebo snowboardista, který stoupá nebo sestupuje pěšky, musí používat okraj sjezdové tratě.

- Co nám jinak hrozí
- na trati se jezdcí těžko uskakují
- uprostřed vás nikdo nečeká, tomu odpovídá rychlost jejich jízdy
- při kraji chodte i pro ztracené věci po pádu
- vždy sledujte, kdo jede shora

8. Respektování značek

Každý lyžař nebo snowboardista musí respektovat značení a signalizaci.

- Značky tam nejsou zbytečně
- zpomalujte s odstupem od značek
- značka může být hranicí mezi legálně x nelegálně
- při porušení značek jste v tom sami, zapomeňte na pojištění
- pozor na spadlé značky nebo provazy, nemusí být vidět

9. Chování při úrazech

Při úrazech je každý lyžař nebo snowboardista povinen poskytnout první pomoc.

- Může se to stát každému z nás
- při nehodě se dotýčných zeptejte na jejich stav
- pozor na šokový stav zraněných, není objektivní
- zavolat horskou službu ještě nikomu neublížilo, i to je pomoc
- pokud si nejste jisti, sledujte základní životní funkce
- nezapomeňte vždy nejdříve nehodu označit skříženými lyžemi

10. Povinnost prokázat se

Každý lyžař nebo snowboardista, ať svědek, nebo účastník, ať odpovědný, nebo ne, je povinen v případě úrazu prokázat své osobní údaje.

- Ano, je to tak, je to vaše povinnost
- vaše svědectví může poškozenému pomoci
- některá zranění se zjistí později, těžko pak něco dokážete
- ujetí od nehody se nevyplácí a je tvrdě postihováno
- neriskujte zkaženou dovolenou a vždy s horskou službou spolupracujte