

KODEKS DLA NARCIARZY I SNOWBOARDZISTÓW

10 REGUŁ FIS





1. WZGLĄD NA INNE OSOBY

Każdy **narciarz** lub **snowboarder** powinien zachować się w taki sposób, aby nie stwarzać niebezpieczeństwa ani szkody dla innej osoby.

2. SPOSÓB JAZDY NA NARTACH I SNOWBOARDZIE ORAZ PANOWANIE NAD PRĘDKOŚCIĄ

Każdy **narciarz** lub **snowboarder** powinien poruszać się kontrolując sposób jazdy. Powinien on dostosować szybkość i sposób jazdy do swoich umiejętności, rodzaju i stanu trasy.



3. WYBÓR KIERUNKU JAZDY

Narciarz lub **snowboarder** nadjeżdżający od tyłu musi wybrać taki tor jazdy, aby nie spowodować zagrożenia dla narciarzy lub snowboarderów znajdujących się przed nim.

4. WYPRZEDZANIE

Narciarz lub **snowboarder** może wyprzedzać innego narciarza lub snowboardera z góry i z dołu, z prawej i z lewej strony pod warunkiem, że zostawi wystarczająco dużo przestrzeni wyprzedzanemu narciarzowi lub snowboarderowi na wykonanie przez niego wszelkich zamierzonych lub niezamierzonych ruchów.



5. WŁĄCZANIE SIĘ DO RUCHU, RUSZANIE Z MIEJSCA I PORUSZANIE SIĘ W GÓRĘ STOKU

Narciarz lub **snowboarder**, wjeżdżając na oznakowaną drogę zjazdu, ponownie ruszając po zatrzymaniu się, czy też poruszając się w górę stoku, musi spojrzeć w górę i w dół stoku, aby upewnić się, że może to uczynić bez zagrożenia dla siebie i innych.



6. ZATRZYMANIE NA TRASIE

O ile nie jest to absolutnie konieczne, **narciarz** lub **snowboarder** musi unikać zatrzymania się na trasie zjazdu w miejscach zwożeń i miejscach o ograniczonej widoczności. Po upadku w takim miejscu narciarz lub snowboarder powinien usunąć się z toru jazdy możliwie jak najszybciej.

7. PODCHODZENIE I SCHODZENIE NA NOGACH

Narciarz lub **snowboarder** ma obowiązek podchodzić lub schodzić na nogach wyłącznie skrajem trasy.



8. PRZESTRZEGANIE ZNAKÓW NARCIARSKICH

Każdy **narciarz** lub **snowboarder** winien stosować się do znaków narciarskich i oznaczyć tras.

9. WYPADKI

W razie wypadku każdy **narciarz** lub **snowboarder** ma obowiązek udzielić poszkodowanym pomocy.



10. OBOWIĄZEK UJAWNINIENIA TOŻSAMOŚCI

Każdy **narciarz**, **snowboarder**, obojętnie czy to sprawca, poszkodowany czy świadek, musi w razie wypadku podać swoje dane osobowe.

ZAUFAJ

PROFESJONALISTOM

Bezpiecznie na narty
z Instruktorem PZN



www.sitn.pl