

## Как выбрать сноутюб?

Таблица размеров



## Несколько правил катания на тюбе

### Правильная посадка

Сядимся исполнительно  
задней точкой, чтобы  
спина была на одном  
борту, а ноги  
на другом ...

Голова  
не должна  
быть запро-  
кинута  
назад

На живот  
ложиться  
ни в коем  
случае  
нельзя



Ноги должны быть на весу,  
а не болтаться, цепляясь за землю

Руки  
должны  
обязательно  
дотягиваться  
до ручек

Ноги должны быть на весу,  
а не болтаться, цепляясь за землю

### Требования к горке

Трасса должна быть прямолинейной, без перегородок, обрывов и резких поворотов

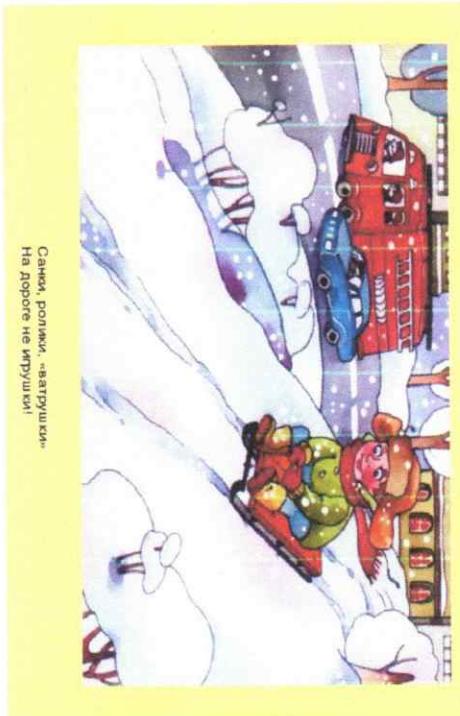


Кататься лучше на склоне,  
не превышающем  
20 градусов

Кататься желательно  
по одному  
(если с ребенком,  
одной рукой крепко  
прожимать его к себе)



## Берегите своих детей!



Санки, ролики, «ватрушки»  
На дороге не играшь!

**Анализ состояния детского дорожно-транспортного травматизма на территории Свердловской области.**

# ОПАСНО!

В Екатеринбурге за первые 10 дней года 55 детей в возрасте от 5 до 17 лет получили травмы во время катания на «ватрушках». 30 из них отделались ушибами, а вот 25 – были госпитализированы в ДГКБ №9 с травмами различной степени тяжести, сообщают Горздрав.

По словам врачей-травматологов «девятки», катание на «ватрушках» опасно для жизни и здоровья человека. Так, во время катания на них можно получить: черепно-мозговые травмы с переломами костей черепа, ушибы и сотрясение головного мозга, скелетные травмы с переломами позвоночника, костей таза, костей верхних и нижних конечностей. Период реабилитации после таких травм занимает очень много времени.

