Наш адрес:

Владимирская область,
Селивановский район,
п. Красная Горбатка,
ул. 1-ая Заводская, д. 3-а
Тел.: 8 (49 236) 2-27-95
сайт:http://selivcson.social33.ru
e-mail: seliv_cso@uszn.avo.ru
Директор
Кобякина Валентина Степановна
Заведующий отделением
Пелёвина Екатерина Александровна
Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере
Карасева Екатерина Александровна
Психолог в социальной сфере
Грибкова Оксана Николаевна
Педагог дополнительного образования
Куркова Галина Викторовна
Часы работы Центра:
8-00 – 17-00
Обеденный перерыв:
12-00 – 13-00
ВСТУПАЙТЕ В СООБЩЕСТВО ЦЕНТРА В КОНТАКТЕ

Министерство социальной защиты населения Владимирской области

ГБУСО ВО «Селивановский комплексный центр социального обслуживания населения»

Отделение реабилитации детей с ограниченными возможностями и ранней помощи

«Несколько правил катания на тюбинге»

(информация для родителей)

п. Красная Горбатка

Тюбинг пользуется огромной популярностью как у детей, так и у взрослых. Мягкие, круглые санки кажутся абсолютно безобидными, но на самом деле тюбинг — самый опасный и непредсказуемый вид зимнего отдыха.

ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ, КАТАЯСЬ НА ВАТРУШКАХ (ТЮБИНГАХ)

1. Съезжать с горки «паровозиком», сцепив несколько тюбингов — они могут перевернуться.

2. Садиться компанией на тюбинг, предназначенный для 1 человека.
3. Садиться на одноместный тюбинг вдвоем, особенно с ребенком: невозможно контролировать ситуацию, когда одной рукой приходится держать ребенка, а другой тюбинг.

4. Кататься стоя и лежа на животе.

5. Тормозить ногами при спуске.
6. Опускать руки во время спуска.
7. Привязывать тюбинг к любым транспортным средствам — это очень опасно!

КАКОЙ РАЗМЕР ТЮБИНГА ВЫБРАТЬ

Возраст	Рост, м	Рекомендуемый размер, см
дети 3-5 лет	до 1,10	65 - 85
дети 7-10 лет	до 1,40	90 - 95
взрослые	1,70 - 2,0	100 - 110
взрослые	> 2,0	125 - 150

ЗАПОМНИ ПРАВИЛА:

1. Катайся только на специальных трассах.

2. Соблюдай дистанцию — не менее 50 м между катающимися.

3. Перед спуском с горки убедитесь, что на пути нет людей.

4. Не задерживайся внизу после спуска.

5. Вслучае столкновения постарайся завалиться на бок или откатиться в сторону ледяной поверхности.

6. 1 тюбинг 1 человек!

ПРИЯТНОГО ОТДЫХА!