

# STOK NIE JEST DLA BAŁWANÓW!



Zjeżdżając na nartach albo desce snowboardowej,  
pamiętaj o specjalnym kasku ochronnym.  
Do 16 roku życia jego użycie jest obowiązkowe.

Ważne telefony



EUROPEJSKI NUMER ALARMOWY **112**

POLICJA **997**

Zapraszamy do udziału  
w konkursie plastycznym

**Zilustruj Dekalog  
Narciarza!**

Szczegóły na stronie  
[www.policja.pl](http://www.policja.pl)

PATRONAT HONOROWY



Minister  
Spraw Wewnętrznych  
i Administracji



POLSKA  
ORGANIZACJA  
TURYSTYCZNA



Zarząd Wojewódzki  
w KGP

# Dekalog Narciarza

1

## WZGLĄD NA INNE OSOBY

Na stoku zachowuj się tak, by nie stwarzać niebezpieczeństwa dla innych.

2

## PANOWANIE NAD SZYBKOŚCIĄ I SPOSOBEM JAZDY

Zjeżdżaj z szybkością dostosowaną do swoich umiejętności, rodzaju trasy i warunków atmosferycznych.

3

## WYBÓR TORU JAZDY

Zjeżdżając z góry, musisz ustalić taki tor jazdy, aby nie zderzyć się z osobą jadącą przed Tobą.

4

## WYPRZEDZANIE

Wyprzedzając, zachowaj odległość, która nie ograniczy wyprzedzanemu swobody poruszania się.

5

## RUSZANIE Z MIEJSCA I PORUSZANIE SIĘ W GÓRĘ STOKU

Wjeżdżając na oznakowaną drogę zjazdu, ruszając ponownie po zatrzymaniu się, czy też poruszając się w górę stoku, musisz spojrzeć i w górę i w dół stoku, żeby upewnić się, że możesz to uczynić bez zagrożenia dla siebie i innych.

6

## ZATRZYMANIE NA TRASIE

Unikaj zatrzymania się na trasie zjazdu, zwłaszcza w miejscach zwężen i miejscach o ograniczonej widoczności. Po ewentualnym upadku usuń się jak najszybciej z toru jazdy.

7

## PODCHODZENIE I SCHODZENIE

Podchodzić lub schodzić na nogach możesz wyłącznie skrajem trasy.

8

## PRZESTRZEGANIE ZNAKÓW NARCIARSKICH

Stosuj się do znaków narciarskich ustawionych na trasach.

9

## ZACHOWANIE SIĘ W RAZIE WYPADKU

W razie wypadku każdy, kto znajdzie się w pobliżu powinien poszkodowanemu spieszyć z pomocą.

10

## OBOWIĄZEK UJAWNIEŃIA TOŻSAMOŚCI

Będąc uczestnikiem wypadku, musisz podać swoje dane osobowe.