



Школа клуба SUNTRAIL

www.suntrail.ru

10 основных правил безопасности.

1. Всегда, всегда, всегда одевайте правильно подобранный жилет. Это правило является наиболее важным. Одевайте жилет или вы можете погибнуть.
2. Никогда не идите на каяке, находясь под воздействием алкоголя или наркотиков. Алкоголь ухудшает координацию, суждения и здравый смысл.
3. Смотрите прогноз погоды и будьте готовы к тому что прогноз может не оправдаться. Неважно, сколько вы планируете и какой у вас опыт, вы не в состоянии контролировать погоду. Одевайтесь соответственно погоде.
4. Никогда не выходите в одиночку. Вы должны идти в группе из 3 или более каяков. Это самый лучший вариант для возможных чрезвычайных ситуаций.
5. Постоянно практикуйтесь в приемах спасения и самоспасения и вы будете знать, что делать, когда окажетесь в воде. Практикуйтесь в различную погоду.
6. Узнайте маршрут заранее, особенно потенциальной опасности. Нужно знать куда идти в случае чрезвычайных ситуаций.
7. Носите с собой аптечку первой помощи. Это важно. Вы будете там, куда спасатели доберутся нескоро. Имейте план на случай чрезвычайных ситуаций.
8. Информировать других (друзья, семья..) о плане маршрута.
9. Берите с собой запас еды и воды адекватный для длины вашего маршрута. Берите дополнительные вещи. Хороший многофункциональный нож будет не лишним.
10. Знайте пределы своих возможностей и будьте реалистами. Избегайте погоды за пределами уровня вашего мастерства.