



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
АО «Санаторий Сосновый бор»
И.С. Минаков
01.04.2026

Инструкция по безопасному использованию роликовых коньков, скейтов, велосипедов и других средств передвижения на территории санатория «Сосновый бор»

Настоящая инструкция разработана с целью обеспечения безопасности всех гостей санатория — как детей, так и взрослых — при использовании роликовых коньков, скейтбордов, самокатов, велосипедов, гироскутеров, сегвеев, электросамокатов и иных аналогичных средств передвижения на асфальтированных территориях санатория, включая терренкур и пешеходные зоны.

1. Общие правила

- Использование средств передвижения разрешено **только на специально отведённых асфальтированных участках**: пешеходных дорожках, площадках и терренкуре (при соблюдении условий из п. 4).
- Категорически запрещено выезжать на газоны, клумбы, детские и спортивные площадки, а также в зону отдыха у пляжа, беседки и зоны с лавочками.
- Катание разрешено в **светлое время суток** — с 8:00 до 21:00.
- Запрещено катание в состоянии усталости, под воздействием лекарств, вызывающих сонливость, или алкоголя.
- Катание на любых средствах передвижения на территории Санатория допускается только после прохождения инструктажа по технике безопасности.

2. Обязательная экипировка

Для детей до 14 лет и взрослых при использовании любых средств передвижения необходимо использовать:

- **шлем** — защита головы обязательна;
- **наколенники и налокотники** — особенно важно при катании на скейте, роликах, самокате;

💡 **Совет:** Даже на небольшой скорости падение может привести к серьёзным травмам. Экипировка снижает риск повреждений на 80%.

3. Правила поведения

- Двигайтесь **по правой стороне** дорожки, как пешеходы.
- Перед обгоном или поворотом подавайте **сигнал рукой**.
- На перекрёстках и в зонах с ограниченной видимостью снижайте скорость и убедитесь, что путь свободен.
- Не катайтесь **"змейкой"**, не делайте резких манёвров среди пешеходов.
- Максимальная скорость на территории санатория — **10 км/ч**.

4. Особые правила для терренкура

Терренкур — это оздоровительная дорожка с уклонами, предназначенная для ходьбы и ЛФК. При катании на нём действуют дополнительные ограничения:

- Катание на **скейтах, гироскутерах, Сегвеях и электросамокатах** на терренкуре **запрещено**.
- Разрешено катание на **велосипедах, роликах и обычных самокатах** — **только на участках с уклоном не более 5%** и при отсутствии пешеходов.
- При подъёме или спуске по терренкуру **обязательно сойти с транспорта и вести его в руках**, если:
 - уклон превышает 5%;
 - на дорожке много людей;
 - идёт дождь или мокро (повышенная скользкость).

5. Катание для детей

- Дети **до 7 лет** могут кататься **только в сопровождении взрослого**.
- Дети **от 7 до 14 лет** должны иметь разрешение родителей и соблюдать все правила экипировки и поведения.
- Родители несут ответственность за безопасность своих детей.

6. Ответственность за нарушение правил

- При нарушении правил гостю может быть сделано **предупреждение**.
- При повторном нарушении — **временный запрет на использование средств передвижения** на территории санатория.
- В случае причинения вреда здоровью или имуществу другого лица — виновный несёт **полную материальную и юридическую ответственность**.

7. Полезные советы

- Перед выездом **проверьте исправность транспорта**: тормоза, колёса, крепления.
- Не катайтесь в дождь, туман или при мокром асфальте — велик риск падения.
- Уважайте других гостей: пожилых людей, маленьких детей, людей с ограниченными возможностями.
- Используйте выделенные стоянки для велосипедов и самокатов — не оставляйте транспорт у входов в корпуса и на лестницах.

Берегите себя и других

Катание — это весело и полезно, но только тогда, когда оно безопасно.

Санаторий «Сосновый бор» желает вам приятного отдыха и безопасных прогулок!

С уважением, команда санатория «Сосновый бор»