

ЗНАТЬ ПРАВИЛА ДВИЖЕНИЯ – БОЛЬШОЕ ДОСТИЖЕНИЕ!



Роллерам лучше кататься на закрытых площадках, на роллердромах, в парках, скверах, дворах, чтобы не пересекаться с транспортом и пешеходами

Катаясь по тротуарам и пешеходным дорожкам, придерживайся правой стороны, следи за пешеходами, собаками, велосипедистами и другими роллерами. Обгоняй слева.



При пересечении проезжей части важно не столкнуться с пешеходами, придерживаться крайнего правого положения, скорость выбирать равную пешеходному потоку.



Снижай скорость до минимума, проезжая мимо маленьких детей и собак!

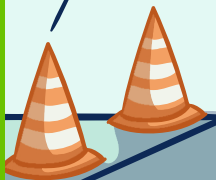


Правильное падение – это падение вперед или на колени!



Трэб-трик с захватом роликов одной рукой

Разметка – обозначение мест установки конусов на дорожке



СЛОВАРИК НАЧИНАЮЩЕГО РОЛЛЕРА

Ролы – ролики
Новичок – неспешно едущий роллер.
Матрас – неспешно едущий роллер.
Разметка – обозначение мест установки конусов на дорожке
Фишки – конусы, стаканы, либо предметы, их заменяющие.
Асфальтовая болезнь – ссадины от падений на асфальт
Фрискейт (freeskate) – стиль катания, подразумевающий свободное катание по городу
Маячок – мигающий велосипедный фонарик вешается сзади в темное время суток, чтобы роллер был более заметен на дороге
Грэб (grab) – трюк с захватом роликов рукой.
Фрейм, рама (Frame) – часть ролика, к ней крепятся тормоз и колеса.
Даунхилл – езда с горки вниз



#ДВИЖЕНИЕ ПО ПРАВИЛАМ



РОЛИКОВЫЕ КОНЬКИ

Средства индивидуальной мобильности

Роликовые коньки, гироскутер, сигвей, моноколесо, скейтборд, самокат – это модные и современные средства передвижения. Их ещё называют средствами индивидуальной мобильности или СИМ. С точки зрения правил дорожного движения передвигающийся на СИМ считается пешеходом и подчиняется правилам для пешеходов.



Исправность роликов – основа безопасности

- ! Перед каждым выездом проверь свои ролики!
- ! Оси плотно закручены
- ! Тормозная колодка не изношена
- ! Колеса не стерты
- ! Пяточный ремень и бакля не сломаны

Роллер, помни! От твоей дисциплины зависит твоя безопасность и безопасность окружающих тебя людей. Желаем тебе счастливого пути!

Правила безопасности при катании на роликовых коньках



- 1 Обязательно защитный шлем
- 2 Рекомендуем защитные перчатки без пальцев
- 3 Рекомендуем наколенники
- 4 Рекомендуем налокотники
- 5 Светоотражающие элементы на одежде
- 6 Удобная одежда для катания
- 7 Ролики надежно закреплены на ногах

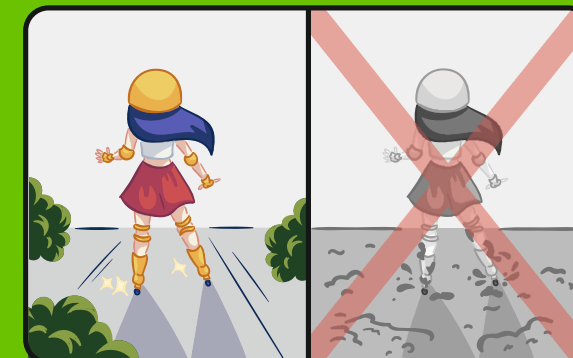
Роллеру запрещается:



Ехать по проезжей части



Пользоваться во время движения мобильным телефоном, наушниками и другими гаджетами



Движение по песку и воде чревато опасными падениями