ПРАВИЛА КАТАНИЯ НА РОЛИКАХ

Никогда не катайтесь на роликах по Лужам и Песку!
Это и опасно, и неприятно, и очень вредит твоим роликам.

Соблюдайте осторожность на мокром асфальте!
На мокром асфальте ролики всегда проскальзывают, можно упасть и сильно навредить себе, а так же сломать свои ролики.

Катаясь на роликах, контролируйте скорость и свои движения!Если рядом люди, то не размахивайте руками,чтобы не ударить прохожих и не зацепиться самому. Так же остерегайтесь деревьев и кустов. Кататься нужно на свободном, ровном пространстве.

Правильное падение - это падение вперед!

Одевайте защиту при катании на роликах! Наколенники, налокотники: закрывают и предохраняют от ударов локти и колени. Шлем - служит для защиты головы.

Держите равновесие и не бойтесь падения!Наклон тела - всегда вперед! Одна нога всегда на полролика впереди другой! Ноги - всегда полусогнуты и работают как амортизаторы!

Аккуратно застегивайте ролики!
Всегда следи, чтобы ролики были прочно зафиксированы на ногах.

Машины, велосипедисты, пешеходы для тебя - это "опасные соседи" Но помни, никогда нельзя кататься на роликах по проезжей части, всегда внимательно следи за тем, кто и что тебя окружает, помеха может появиться в любую секунду. Будь внимателен и осторожен!!!