В зимнее время катание на горных лыжах и сноубордах очень популярно среди любителей активного отдыха. Однако данный вид спорта травмоопасный, особенно среди новичков, чьи движения ещё неуверенные, а мышцы натренированы недостаточно сильно.

Также каждый отправляющийся покататься на лыжах и сноубордах должен знать, что для экстремального зимнего отдыха следует выбирать только специально оборудованные трассы. Если горнолыжный комплекс официально зарегистрирован, то вопросами обеспечения безопасности отдыхающих занимается его администрация.

Чтобы избежать несчастных случаев, необходимо соблюдать простые правила поведения на горнолыжных склонах:

1. Скорость спуска и маневры на трассе должны отвечать физической и технической подготовке лыжника (сноубордиста).

2. Лыжник (сноубордист) должен контролировать свою скорость и средство передвижения в соответствии с крутизной склона, погодных условий и наличия препятствий, таким образом, чтобы не создавать опасность на склоне другим. 3. Пребывание на трассе в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения категорически запрещается.

4. Объезжать стоячего ниже лыжника (сноубордиста) или того, который медленно двигается, следует на расстоянии не менее 5 метров, предупреждая голосом о себе. Лыжника (сноубордиста), который движется справа, следует объезжать слева и наоборот.

5. Лыжник (сноубордист), двигаясь вниз по склону, должен выбирать направление движения так, чтобы лыжники, которые находятся перед ним, были уверены в своей безопасности.

6. Помните, что во время столкновения всегда виноват тот, кто находится сверху по склону и контролирует ситуацию. Горнолыжник, который не имеет высокого уровня в катании, полного знания расположения горнолыжных трасс и необходимого снаряжения, не должен подвергать себя ситуации, которая может нести вред его здоровью.

Безопасность на горнолыжных склонах также состоит во внимательности самих горнолыжников, которые должны обращать внимание на установленные знаки на трассах.

Главное управление МЧС России по Новосибирской области информирует, что на территории нашей области работают девять наиболее популярных у отдыхающих комплексов, работающих ежегодно с ноября по февраль. Посещая их, необходимо соблюдать ряд мер предосторожности, самостоятельно заботиться о своей безопасности и безопасности своих родных.

Перечень мест отдыха, расположенных на территории Новосибирской области:

1. Спортивно-развлекательный комплекс «Новососедово» Месторасположение: п. Новососедово, Искитимский р-он;

Трассы: 7 горнолыжных трасс, 3 бугельных подъемника, 2 бейби-лифта.

Протяженность трассы: 5500 м;

Максимальный перепад высот: 220 м;

Максимальная протяженность: 1600 м;

Время работы: 9-17

2. Спортивно-оздоровительный комплекс «Альбатрос» Месторасположение: г. Новосибирск, ул. Выборная, 91 а;

Трассы: 1 трасса, 2 склона, 1 бугельный подъемник.

Протяженность трассы: 400 м;

Максимальный перепад высот: 48 м;

Время работы: 9-18

3. Спортивно-оздоровительный комплекс «Корел-Иня» Месторасположение: г. Новосибирск, ул. Ключ-Камышенское Плато, 10/1;

Трассы: 3 трассы, 2 подъемника.

Протяженность трассы: 800 м;

Максимальный перепад высот: 100 м;

Максимальная протяженность: 1500 м;

Время работы: 10-22

4. Горнолыжный комплекс «Ключи» Месторасположение: г. Новосибирск, в 9 км от Академгородка; Трассы: 3 трассы, 2 подъемника. Протяженность трассы: 580 м;
Максимальный перепад высот: 70 м;

Максимальная протяженность: 2130 м;

Время работы: 9-17

5. Горнолыжный комплекс «Пихтовый гребень» Месторасположение: п. Мирный,

Тогучинского района, в 140км от г. Новосибирска. ;

Трассы: 2 трассы, 1 бугельный подъемник, горка для катания на тюбинге.

Протяженность трассы: 0,495 км;

Максимальная протяженность: 1500 м;

Максимальный перепад высот: 100 км

Время работы: 9-21

6. Горнолыжный комплекс «Юрманка» Месторасположение: с. Верх-Ики, Маслянинский р-он; Трассы: 5 трасс, бугельная и парная кресельная канатная дороги.

Протяженность трассы: 0,95 км;

Максимальный перепад высот: 157 м;

Время работы: 9-18

7. Горнолыжный комплекс «Горный» Месторасположение: пос. Горный, Тогучинский р-он; Трассы: 2 трассы, 1 подъемник. Протяженность трассы: 680 м;

Максимальный перепад высот: 180 м;

Время работы: 9-17

8. Парк «Кольцово» Месторасположение: пос.Кольцово, 4, парк отдыха «Кольцово»; Трассы: 2 трассы, 1 подъемник.

Протяженность трассы: 400 м;

Максимальный перепад высот: 40 м;

Время работы: 9-18

9. Сноуборд-парк «Горский» Расположение: находится на левом берегу Оби в черте г. Новосибирска. Трассы: 6 трасс, 3 подъемника. Время работы: 9-22