

**Инструкция
о соблюдении и применении правил при проведении соревнований и тренировочных
занятий на воде.**

РАЗРЕШАЕТСЯ:

1. Занятия по гребле проводить в дни и часы, установленные расписанием;
2. Выход на воду только тем судам, которые имеют установленные отличительные знаки и подписи о принадлежности к РОО «ФГСО», ГБУСО «СШОР по гребному спорту».
3. Выход на воду только в исправных судах.
4. Проведение тренировочных занятий только под руководством тренера, на которого возлагается ответственность за организацию, дисциплину и обеспечение мер безопасности занимающихся;
5. Мерами безопасности при проведении тренировочных занятий являются;
 - а) умение плавать членов команды, что должно быть подтверждено личной подписью каждого занимающегося;
 - б) наличие дежурных плав.средств (катеров, судов)
6. Разрешается пересекать линию судового хода только при отсутствии в поле зрения транспортных судов и теплоходов;
7. Все движения лодок разрешается, согласно прилагаемой схеме движения лодок на дистанции.
8. Купание разрешается только в отведенном месте, в определенные часы и под руководством тренера-преподавателя, при условии температуры воды свыше 20С градусов .

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Выход на воду в отсутствии тренера-преподавателя; всех случаях плавания категорически запрещается проявление бессмысленного риска и лихачества, пренебрежительного отношения к пользованию спасательными принадлежностями, и другими средствами безопасности плавания.
2. Категорически запрещается приближаться на лодках к линиям высоковольтных проводов вне фарватеров, плотинам и другим запретным зонам, а также заход в запретные бухты, судоремонтные затоны и пр.
3. Выход на воду и проведение тренировок при неблагоприятных погодных условиях (туман, гроза, сильный ветер, ледоход).
4. Проведение тренировочных занятий с наступлением темноты, вся тренировочная работа заканчивается за 30 минут до наступления темноты.
5. Пользоваться катером и лодками с подвесными моторами, в которых отсутствуют спасательные средства.
6. Следование спортивных лодок параллельным курсом вблизи транспортного и технического флота.
7. Купание со спортивных судов.
8. Выход на тренировку в рулевых лодках без рулевого.

В СЛУЧАЕ ОПРОКИДЫВАНИЯ ЛОДКИ СЛЕДУЕТ ДЕРЖАТЬСЯ ЗА ЛОДКУ И ТОЛКАТЬ ЕЕ В СТОРОНУ БЕРЕГА.