

# Pravidla chování pro pohyb v běžecké stopě

1. Každý lyžař se **pohybuje výhradně v pravé stopě** nebo při pravém okraji cesty.
2. Při vzájemném míjení lyžařů v protisměru **má vždy přednost lyžař jedoucí z kopce dolů**.
3. Lyžař přijíždějící zezadu musí svoji stopu zvolit tak, aby **neohrožoval lyžaře jedoucího před ním**.
4. Každý lyžař musí jezdit s přiměřeným odstupem a rychlostí odpovídající viditelnosti.
5. Svou rychlost a způsob jízdy musí přizpůsobit svému umění, terénním, sněhovým a povětrnostním podmínkám, jakož i hustotě provozu.
6. Každý lyžař se musí chovat tak, aby se zbytečně nezdržoval na úzkých nebo nepřehledných místech tratě. Lyžař, který upadl, musí takové místo co nejrychleji opustit, uvolnit.
7. **Pěší chůze bez lyží v lyžařské stopě je zakázána.**

## OHLED NA OSTATNÍ

Chovejte se tak, abyste neohrožovali jiné ani jim nezpůsobili škodu na výzbroji a výstroji. Jezděte pouze po vytyčené trati - chraňte přírodu! Udržujte čistotu na trati, neodhazujte nepotřebné věci.

## VSTUP NA BĚŽECKÉ TRATĚ

V lyžařských stopách nechodte bez lyží, v případě nutnosti pěší chůze se pohybujte mimo stopu.

## ZNAČENÍ TRATĚ

Respektujte značení tratě, pohybujte se vyznačeným směrem.

## PŘEDBÍHÁNÍ A PŘEDJÍŽDĚNÍ

Přebíhat a předjíždět je povoleno vpravo i vlevo ve volné stopě nebo i mimo ni. Přední lyžař není povinen uvolnit stopu, ale musí tak učinit pokud by hrozilo nebezpečí úrazu.

## VYHÝBÁNÍ

Pohybujete-li se proti sobě, vyhýbejte se vpravo. Stoupající lyžař uvolňuje stopu sjíždějícímu.

## VEDENÍ HOLÍ

Při předjíždění a vyhýbaní držte hole těsně u těla.

## ZPŮSOB JÍZDY

Při sjezdech přispůsobujte rychlost jízdy lyžařským dovednostem a podmínkám na trati. Dodržujte bezpečnou vzdálenost jezdce před sebou a nezdržujte se na nepřehledných místech.

## UVOLNĚNÍ TRATĚ

Zastavíte-li se, vystupte ze stopy, v případě pádu ji opusťte co nejrychleji.

## POMOC PŘI NEHODÁCH

Jste-li svědkem nehody, jste povinen poskytnout první pomoc, případ ohlásit Horské službě. Na vyzvání Horské služby prokažte svou totožnost.

## DODRŽOVÁNÍ ZÁSAD

Provozovatel běžecké tratě je oprávněn vyloučit osoby, které porušují tyto zásady, ale i osoby porušující zásady slušného chování, popř. je předat ke stíhání pro přestupek podle zákona č. 200/1990 Sb.