

Veilig skiën met de 10 piste-regels

In vakantieperiodes kan het flink druk zijn op populaire pistes. Skiërs en boarders glijden en tuimelen om je heen. Soms gaan ze keihard, soms draaien ze langzame, korte bochten. Soms lange bochten. Iedereen skiet op zijn manier. Om de piste veilig te houden zijn er 10 piste-regels van de FIS.

1 Rekening houden met anderen Iedereen die zich op een skipiste begeeft moet zich zo gedragen, dat hij een ander niet in gevaar brengt of schade berokkent. Dit betekent dat je hoe dan ook rekening houdt met anderen. Zelfs al houden deze personen zich niet aan de 10 piste-regels.

2 Beheersen van snelheid en skistijl Iedere skiër moet ten alle tijden op tijd kunnen stoppen of uitwijken. Hij moet zijn snelheid en wijze van skiën aanpassen aan zijn skivaardigheid, de conditie van de piste, de sneeuw- en weersomstandigheden, alsook aan de drukte op de piste. Laat je niet opjutten door beter skiënde partners. Ski niet harder dan je aan kan, en daal alleen pistes af die in je kunnen liggen. Te moe of een glaasje op: ook dan is skiën geen goed plan!

3 Keuze van het spoor De van achter komende skiër moet zijn skispoor zo kiezen, dat hij skiërs voor zich niet in gevaar brengt. Iedereen die onder je skiet heeft voorrang. Ski niet vlak langs mensen, en houd rekening met iedereen. Kijk ver vooruit.

4 Inhalen Op skipistes mag je aan alle kanten inhalen. Maar de skiër die je inhaalt mag op geen enkele manier gehinderd worden of in gevaar gebracht worden.

5 Invoegen Iedere skiër die zich (weer) op een piste wil begeven of na een stop verder wil skiën, moet zich ervan vergewissen dat hij dit zonder gevaar voor hemzelf of voor anderen boven of onder hem kan doen. Kijk overall om je heen of je anderen niet tot last bent als je (opeens) weer verder skiet.

6 Smalle plaatsen Iedere skiër moet vermijden om zich zonder noodzaak op smalle of onoverzichtelijke plaatsen op de piste op te houden. Wanneer je gevallene bent, maak dan zo snel mogelijk de plaats weer vrij.

Mocht je iemand zien die op een onoverzichtelijke plek ernstig ten val is gekomen, waarschuw dan de skiërs die naar beneden komen. Maak een 'kruis' met twee ski's op de pistes en blijf bij de gevallen persoon.

7 Klimmen en lopen Een skiër die klimt of te voet afdalt, mag dit alleen aan de zijkant van de piste doen. Let op bij kruisingen en zorg ervoor dat je goed zichtbaar bent.

8 Letten op waarschuwingsborden Iedere skiër dient de markeringen en de borden in acht te nemen. Ook opmerkingen van het veiligheidspersoneel moet direct in acht worden genomen. Het is (ook) voor je eigen veiligheid!

9 Verlenen van hulp Bij een ongeval is iedereen verplicht hulp te verlenen. Zorg dat de reddingsdienst gewaarschuwd wordt, verleen eventueel eerste hulp. Zorg dat het slachtoffer de aanstormende skiërs het slachtoffer kunnen ontwijken.

10 Legitimatieplicht Het is verplicht om te skiën met een geldig legitimatie bewijs!