

# Катание на санках



# Типы санок



Санки «Метеор» с 1.5 лет



Санки надувные  
«Ватрушка»



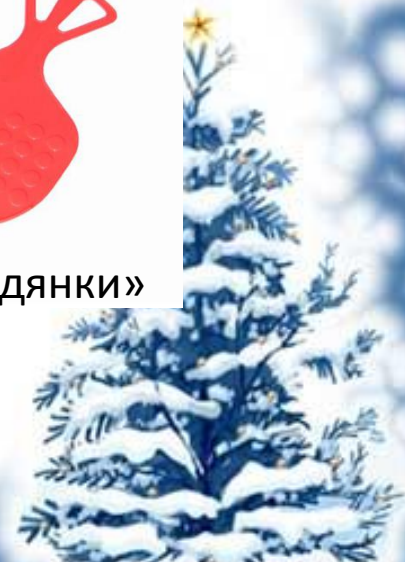
Санки «Колыбель»



Санки без спинки



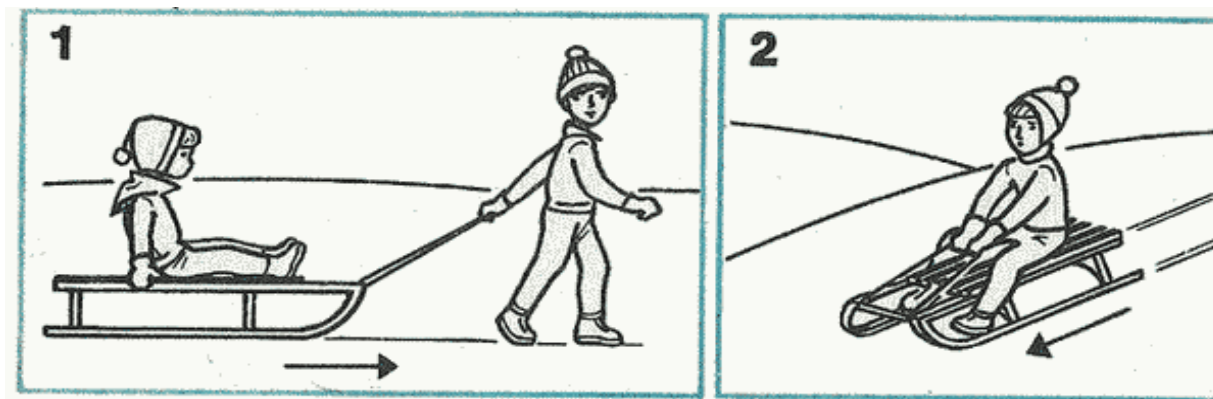
Санки «Ледянки»



# Виды катания на санках



# Обучение катания на санках по ровной местности



Виды катания: по прямой, по кругу, змейкой, в игровой форме или с элементами соревнований.



## Обучение катанию на санках с горки.

### **Правила безопасности скатывания с горки.**

1. Скатившись, не останавливаться с санками внизу, а отойти в сторону.
2. Скатываться после того, как отойдет в сторону впереди идущий.
3. Не носить санки в руках, а вести их вверх по лотку.
4. Не входить с санками по скату горки.





# Виды соревнований на санках



# Знаменитость Иркутской области

## Зубков Александр Юрьевич



Заслуженный мастер спорта России (2003).  
Чемпион мира и 4-кратный чемпион Европы, серебряный призер Олимпиады 2006 года в Турине, бронзовый призер Олимпиады 2010 года в Ванкувере, Двукратный олимпийский чемпион [Сочинской олимпиады 2014 года](#) в экипажах двоек и четверок.



Спасибо за внимание!

