

Kodeks FIS jest zbiorem reguł obowiązujących na stokach całego świata:

1. Wzgląd na inne osoby Każdy narciarz powinien zachować się w taki sposób, aby nie stwarzać niebezpieczeństwa dla innej osoby i nie powodować żadnej szkody.

***Komentarz FIS :** Narciarz odpowiedzialny jest także za złe działanie sprzętu, który używa. W szczególności dotyczy to nowinek technicznych (płyty karwingowe lub do wyczynu).*

2. Panowanie nad szybkością Narciarz musi zjeżdżać z szybkością stosowną do swoich umiejętności, rodzaju i stanu trasy oraz pogody.

***Komentarz FIS :** Kolizje na stoku najczęściej zdarzają się z powodu nadmiernej szybkości, niezapanowania nad nartami lub niezauważenia innego uczestnika ruchu. Narciarz obowiązany jest poruszać się tak aby w razie konieczności móc zatrzymać się lub skręcić w ramach umiejętności jakie posiada. Narciarz obowiązany jest poruszać się wolno w miejscach zatłoczonych, w okolicach wyciągów, na zakończeniu trasy, lub zmniejszenia widoczności z powodu warunków pogodowych lub załamania stoku.*

3. Wybór kierunku jazdy Znajdujący się na stoku narciarz, który za względu na lepszą widoczność z góry, dysponuje większą możliwością wyboru trasy jazdy, musi wybrać taki tor jazdy aby uniknąć wszelkiej możliwości zderzenia z narciarzem znajdującym się poniżej na stoku.

***Komentarz FIS :** Narciarstwo i snowboarding są sportami wolności ruchu przy przyjęciu zasady, że każdy uczestnik stosuje się do reguł uprawiania tych sportów. Na stokach rządzi zasada, że pierwszeństwo przysługuje temu kto znajduje się „przed” lub „niżej”. Każdy znajdujący się powyżej musi pamiętać, że jego zachowania nie mogą wpłynąć na zachowania tych przed lub poniżej.*

4. Wyprzedzanie Wyprzedzanie może następować zarówno po stronie dostokowej jak i odstokowej, po stronie prawej lub lewej, lecz w takiej odległości, która pozwoli uniknąć potrącenia wyprzedzanego.

***Komentarz FIS :** Wyprzedzający narciarz ponosi całkowitą odpowiedzialność za skutki manewru wyprzedzania do chwili jego ukończenia. Ta zasada odnosi się też do omijania stojących na stoku.*

5. Przejazd i krzyżowanie torów jazdy Narciarz, który przystępuje do zjazdu na trasie lub pólku narciarskim, powinien sprawdzić, patrząc w górę i w dół, czy nie spowoduje niebezpieczeństwa dla siebie i innych. To samo obowiązuje go przy każdym ruszaniu z miejsca po chwilowym zatrzymaniu.

***Komentarze FIS :** Doświadczenie dowodzi, że ogromna część wypadków zdarza się wskutek nieprzewidywalnego włączenia się w ruch nowego uczestnika. Jest podstawowym nakazem bezpieczeństwa pełne sprawdzenie czy włączenie się narciarza nie spowoduje utrudnienia dla któregokolwiek z będących w ruchu. Dopiero po płynnym włączeniu się w ruch korzysta się z pierwszeństwa przyznanego 3 reguł FIS. Wprowadzenie snowboardów i nart głęboko taliowanych (karwingowych) umożliwia ich użytkownikom wykonywanie skrętów i ruch w kierunku przeciwnym do głównego nurtu ruchu – w dół stoku. Ten kto wykonuje manewr „w poprzek lub pod prąd” nurtu ruchu musi tak się zachować, aby osoby poruszające się _ w dół stoku nie były zagrożone.*

6. Zatrzymanie się Tylko w razie absolutnej konieczności narciarz może zatrzymać się na trasie zjazdu, zwłaszcza w miejscach zwężeń i miejscach o ograniczonej widoczności. Po ewentualnym upadku narciarz winien usunąć się z toru jazdy, tak szybko jak jest to możliwe.

***Komentarz FIS :** Z wyjątkiem szerokich stokowych zatrzymywanie się powinno następować skraju trasy. Nikt nie może się zatrzymywać w miejscach niewidocznych dla jadących z góry lub zza zakrętu.*

7. Podchodzenie Narciarz powinien podchodzić tylko poboczem trasy, a w przypadku złej widoczności powinien zejść zupełnie z trasy. To samo zachowanie obowiązuje narciarzy którzy pieszo schodzą w dół.

Komentarz FIS : *Trasy narciarskie są z założenia przeznaczone do ruchu jednokierunkowego – w dół. Pojawienie się osoby poruszającej się w przeciwnym kierunku stwarza zagrożenie dla poruszających się w dół. Ślady _butów wyciśnięte w śniegu pogarszają warunki bezpieczeństwa jazdy i odpowiada za nie ten kto je pozostawił.*

8. Stosowanie się do znaków narciarskich Każdy narciarz winien stosować się do znaków narciarskich, ustawionych na trasach.

Komentarz FIS : *Trasy narciarskie oznakowane są w zależności od stopnia ich trudności kolorami (od najłatwiejszych do najtrudniejszych): ZIELONYM, NIEBIESKIM, CZERWONYM I CZARNYM. Każdy uczestnik ruchu sam decyduje o wyborze trasy. Na trasach ponadto umieszczone są znaki informujące o utrudnieniach lub niebezpieczeństwach np. o lawinach, czy zamknięciu trasy. Uczestnik ruchu ma obowiązek obserwować znaki i stosować się _ do nich. Uczestnik ruchu narciarskiego powinien zdawać sobie sprawę, że znaki umieszczono dla jego własnego dobra i bezpieczeństwa.*

9. Wypadki W razie powstania wypadku każdy, kto znajdzie się w pobliżu, powinien udzielić poszkodowanym pomocy.

Komentarz FIS : *Jest oczywistą zasadą etyczną, że uprawiający sport ma obowiązek nieść pomoc poszkodowanemu niezależnie od istnienia prawnego obowiązku. W szczególności pomoc powinna polegać na udzieleniu tzw. Pierwszej pomocy, na zawiadomieniu właściwych służb oraz natychmiastowym zabezpieczeniu (oznakowaniu) miejsca wypadku tak aby nie zagrażało ono innym uczestnikom ruchu. FIS wyraża nadzieję, że zachowanie polegające na uderzeniu w innego uczestnika ruchu i ucieczce z miejsca zdarzenia będzie przez właściwe ustawodawstwa karne wszystkich państw traktowane jak identyczne wykroczenie drogowe oraz że państwa, które tego jeszcze nie uregulowały wprowadzą właściwe postanowienia do swych ustaw.*

10. Stwierdzenie tożsamości Każda osoba wmieszana w wypadek, lub będąca jego świadkiem, jest zobowiązana podać swoje dane osobowe.

Komentarz FIS : *Świadczenie i opis zdarzenia mają kardynalne znaczenie dla ustalenia odpowiedzialności i w związku z tym każdy, kto był świadkiem musi czuć się zobowiązany do uczestniczenia w procedurach wyjaśniających. Raporty właściwych służb oraz zdjęcia stanowiąc będą _ dowody we wszelkich postępowaniach mających na celu ustalenie winnych.*

Kodeks i wiele ważnych informacji znajdziesz na stronie www.bezpiecznienastoku.pl.