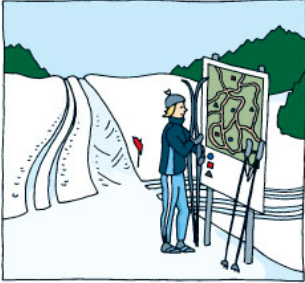


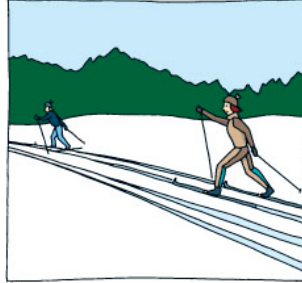
Latuohjeet

Nauti ja virkisty turvallisesti hiihtoladulla



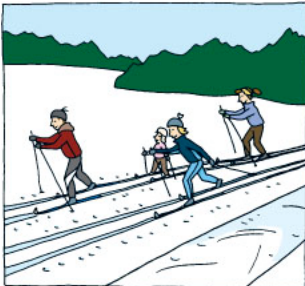
Valitse latusi oikein ottamalla huomioon

- Kuntosi ja taitosi
- Reitin vaikeusaste
- Hiihtotapasi: perinteinen latu tai luistelu-ura
- Sääolosuhteet:
 - jäinen latu
 - lumisade
 - neulaset ym. ladulla



Säilytä riittävä etäisyys edellä hiihtävään

- Älä hiihdä kannoille
- Muista erityisesti laskuissa



Latu on yhteinen

- Ota huomioon muut hiihtäjät
- Nopeampi väistää hitaampaa ja yksin hiihtävä jonossa hiihtäviä
- Älä luistele perinteisen ladun päällä
- Ole ystävällinen ja kohtelias



Laskuissa muistettava

- Älä vaihda latua laskun aikana
- Hallitse vauhtiasi
- Varovaisuus jääkeleillä



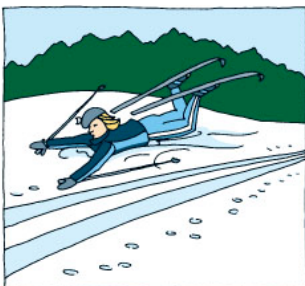
Noudata merkittyä hiihtosuuntaa

- Hiihdä oikean puoleista latua
- Ohita vasemmalta
- Seuraa opasteita ja viitoituksia



Auttaminen on velvollisuus

- Onnettomuuden sattuessa
- Auta muutoinkin tarvittaessa



Älä pysähdy hiihtoladulle

- Pidä tauot latu-uran sivussa
- Jos kaadut, nouse nopeasti ylös ja siirry sivuun
- Korjaa latu, mikäli tarpeen



Latu on vain hiihtämistä varten

- Kävely ladulla ei ole sallittua
- Koirat pois hiihtoladulta
- Moottorikelkoille on omat reittinsä