



KODEKS NARCIARZA BIEGOWEGO

1. Każdy narciarz zachowuje się na trasie biegowej tak, aby nie przeszkadzać innym i nie stwarzać zagrożenia dla zdrowia i życia.
2. Każdy narciarz przestrzega zasad obowiązujących na trasie, stosuje się do jej oznakowania, a w szczególności do narzuconego kierunku jazdy.
3. Na odcinkach ze śladem podwójnym obowiązuje ruch prawostronny. Narciarze biegający w grupach muszą korzystać z prawego toru.
4. Wyprzedzanie jest dozwolone po wolnym torze lub poza torami z lewej lub z prawej strony. Narciarz wyprzedzany nie ma obowiązku ustępowania miejsca za wyjątkiem miejsc gdzie wyprzedzanie poza torem jest niebezpieczne.
5. Podczas mijania się narciarze mają obowiązek zjechać na prawo. Na trasie pochyłej narciarz biegnący pod górę ustępuje miejsca zjeżdżającemu w dół.
6. Podczas wyprzedzania oraz mijania się kije narciarskie należy trzymać blisko ciała, tak aby nie doszło do kolizji.