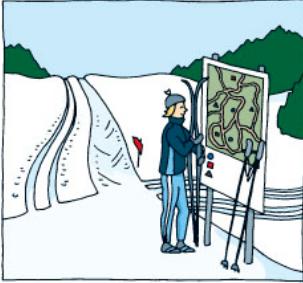


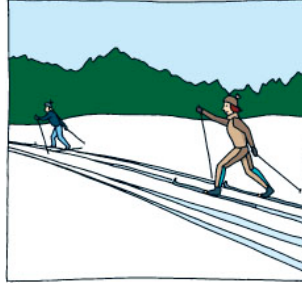
# Latuohjeet

## Nauti ja virkisty turvallisesti hiihtoladulla



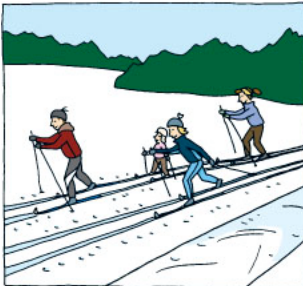
### Valitse latusi oikein ottamalla huomioon

- 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



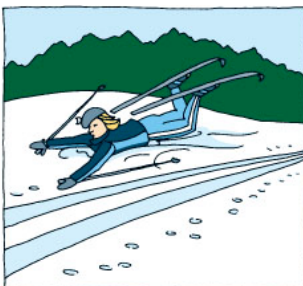
### Noudata merkittyä hiihtosuuntaa

- 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