

# Biely kódex - pravidlá pre lyžiarov

1. Ohľadupnosť k iným - každý na lyžiarskej trati je povinný správať sa tak, aby neohrozil ani nepoškodil zdravie alebo život, alebo nespôsobil škodu sebe alebo inému nebezpečným štýlom jazdy, nevhodným ski materiálom, špatne odloženým materiálom, zníženou schopnosťou reakcie a odhadu (únava, choroba, alkohol, drogy a pod.)
2. Kontrola rýchlosti a spôsobu jazdy - lyžiar musí prispôbiť rýchlosť a štýl jazdy svojim schopnostiam, terénu, počtu lyžiarov na zjazdovke, ale aj poveternostným podmienkam.
3. Voľba stopy / smeru jazdy - lyžiar prichádzajúci zhora je zodpovedný za všetkých ktorí lyžujú pod ním, musí svoj smer jazdy voliť tak, aby neohrozil pred ním jazdiaceho lyžiara. Lyžiar, ktorý jazdí za iným lyžiarom, musí dbať na dostatočný odstup, aby lyžiarovi vpredu ponechal voľný priestor pre smer a spôsob jazdy. To predpokladá udržiavanie odstupov a predvídanie úmyslov lyžiara jazdiaceho vpredu, či nižšie.
4. Predbiehanie - predbiehať možno sprava aj zľava s dostatočným odstupom tak, aby predbiehaný lyžiar nebol ohrozený a mal dostatočný priestor pre smer aj spôsob jazdy.
5. Vjazd na trať, rozjazd na trati - každý, kto vchádza na lyžiarsku trať alebo chce po zastavení opäť pokračovať v jazde, je povinný sa rozhladiť, dať prednosť lyžiarom prichádzajúcim zhora a neohroziť lyžiarov pod sebou. Neočakávaný rozjazd lyžiara stojaceho na mieste sa dá len ťažko predvídať a môže spôsobiť zbytočnú kolíziu s prichádzajúcim lyžiarom.
6. Zastavenie a státie - na trati sa nesmie bezdôvodne zastaviť a stáť na zúžených a neprehľadných častiach zjazdoviek. Zvlášť nebezpečné je zastaviť alebo po páde zostať sedieť za terénou vlnou. Lyžiar, ktorý spadol na takomto mieste ho musí čo najrýchlejšie opustiť.
7. Výstup a zostup - osoba, ktorá stúpa nahor alebo schádza po lyžiarskej trati, musí používať okraj zjazdovky.
8. Dodržiavanie značiek na trati - hlavne vo väčších strediskách, kde je viac zjazdoviek bývajú tieto označené značkami s rôznymi upozoreniami o krížení zjazdoviek, označením nebezpečných miest, príkazmi na zníženie rýchlosti, alebo značkami horskej služby či polície. V Alpách sú tieto dodržiavané a dodržiavanie je kontrolované lyžiarskou políciou.
9. Pomoc pri nehodách - každý užívateľ zjazdovky je povinný pri úraze iného lyžiara na trati poskytnúť mu prvú pomoc v rámci svojich schopností a možností vrátane protišokových opatrení (5T)\*, označiť miesto nehody nad nehodou (napr. pomocou skrížených lyžiarskych palíc) a oznámiť úraz horskej službe, alebo inej oprávnenej osobe, privolať čo najrýchlejšie odbornú pomoc.
10. Preukaz totožnosti - každý z účastníkov nehody (svedok, poškodený, vinník) sa na výzvu musí legitimovať. V alpských krajinách sa neposkytnutím pomoci, alebo neposkytnutím údajov, či útekom z miesta nehody vystavuje dotýčny trestnému konaniu a následnému stíhaniu. Pri zavinení úrazu pod vplyvom alkoholu nasleduje trestný postih ako pri dopravnej nehode. Poistovne alkoholické úrazy nepovažujú za poistnú udalosť.
11. Lyžiar mladší ako 15 rokov je povinný na lyžiarskej trati chrániť si hlavu riadne upevnenou ochrannou prilbou.
12. Osoba, ktorá organizuje činnosť na lyžiarskej trati, je povinná zabezpečiť, aby osoba mladšia ako 15 rokov mala oblečený reflexný bezpečnostný odev alebo na sebe viditeľne umiestnené reflexné bezpečnostné prvky.

\*5T = ticho, teplo, tekutiny, tíšiť (bolesť), transport