

HEDALEN AKTIVITETSPARK



Til barn og ungdom med foresatte, samt øvrige brukere av parken!

- **I skoletida gjelder skolens regler** for elevenes bruk av apparatene og parken for øvrig.
- **Utenom skoletida skjer all aktivitet i parken på eget ansvar!**

Ta hensyn til følgende:

Bruk av apparater, skileik/akebakke, sykkelløype og pump track-banen øker **risikoen for kroppslige skader**, så som fallskader, støtskader og klemskader.

Velg aktivitetstilbud og **vanskelighetsgrad som passer deg.**

Sørg for at du er sammen med en eller flere når du bruker aktivitetstilbudene. Da kan du få hjelp dersom det måtte oppstå behov.

Bruk apparatene slik de er ment brukt. (Eks. Ikke klatre opp på et apparat, hvor aktiviteten er ment å foregå under.)

Bruk hjelm når du sykler! Leddbeskyttere er skadeforebyggende ved sykkelaktiviteter.

Ta hensyn til andre, og ikke minst til de som er yngre enn deg selv.

Parken tilhører oss alle i fellesskap. Bruk parken og **ta vare på den**, - til glede for deg selv og andre.

Si fra så fort som mulig, på skolen eller til idrettslaget, dersom du ser **skader** på apparater og anlegg for øvrig.

