

# CAIONE BobEmotion

PASSO DEL LUPO | SESTOLA

LA PRIMA PISTA  
PER BOB  
DELL'APPENNINO

## Regole di comportamento per il corretto uso della pista da bob • Rules for proper use of toboggan run

- 1** Rispettare rigorosamente la segnaletica.  
*Always follow signs.*
- 2** Verificare le condizioni della pista prima di iniziare la discesa per capire come frenare e curvare correttamente.  
*Always check the conditions of the run before starting the descent to understand how to brake and curve correctly.*
- 3** Stare seduti e mai sdraiati sul bob, soprattutto a pancia in giù.  
*Always sit on the toboggan and do not lie down on it especially when facing down.*
- 4** Durante la discesa tenersi saldamente con le mani ai freni del bob.  
Non mettere mai i piedi fuori dal bob per frenare.  
*During the descent always hold on firmly to the toboggan either by its frame or by the rope.  
Never put your feet out of the toboggan to brake.*
- 5** Fare attenzione a non mettere le mani o le dita sotto al bob.  
Do not put your fingers or hands under the toboggan's runners.
- 6** Il comportamento di ognuno deve essere responsabile e tale da non mettere in pericolo altre persone, oltre che se stesso.  
*Everyone must behave in a responsible manner to avoid being a hazard to others and oneself.*
- 7** Non andare troppo veloci e adeguare sempre la velocità alle proprie capacità e alle condizioni della pista.  
*Do not go too fast. Go at a speed appropriate to your level of skill and the conditions of the run.*
- 8** Mantenere un adeguato spazio di sicurezza dai bordi della pista e dal bob precedente.  
*Keep at an appropriate and safe distance from the edges of the run and from the toboggan in front of you.*
- 9** Evitare di sorpassare gli altri bob.  
Se proprio necessario sorpassare solamente quando lo spazio lo consente e mai in curva. Avvisare sempre il bob da sorpassare con un forte segnale vocale.  
*Try to avoid overtaking other toboggans.  
Overtake only when there is enough space and never in bends. Shout to warn the toboggan in front of you before overtaking it.*
- 10** Mai fermarsi lungo il percorso e specialmente nei tratti stretti con ridotta visibilità o in prossimità di una curva.  
*Never stop along the way especially in narrow stretches with scarce visibility or near bends.*
- 11** In caso di caduta liberare immediatamente la pista per consentire il passaggio agli altri bob ed evitare collisioni.  
*If you fall, clear the run immediately to allow other toboggans to pass avoiding any risk of collision.*
- 12** Come si curva: spostare leggermente all'interno la parte superiore del corpo sollevando il freno dalla parte in cui si vuole curvare.  
*How to curve: move slightly inside the upper part of the body lifting the brake from the part you want to curve.*

### IMPORTANTE

Sono ammessi bambini con età maggiore di 3 anni.  
Chi non è esperto nell'uso del bob è tenuto ad informarsi sul suo corretto utilizzo (in particolare per quanto riguarda il modo di curvare e di frenare).  
Prima dell'uso controllare lo stato d'efficienza del bob per bambini fino a 14 anni è obbligatorio l'uso del casco. L'utilizzo del casco protettivo è comunque consigliato a tutti.

### ATTREZZATURA

- Guanti da sci;
- scarpe solide impermeabili o doposci con suola in gomma con un adeguato profilo.

### Da evitare assolutamente:

- scarpe da ginnastica;
- scarpe in pelle con la suola di cuoio.

### IMPORTANT

Children must be at least 3 years old to be admitted.  
Those who are not experts are required to inquire on the correct use of toboggan (in particular as regards the way to bend and brake).  
Always check that the toboggan is in good conditions before use.  
Children up to age 14 must always wear a helmet. Helmets are nonetheless recommended for everyone.

### EQUIPMENT

- Ski gloves;
- sturdy waterproof shoes or après-ski boots with rubber sole and an appropriate shape.

### Do not use:

- sneakers;
- leather shoes with leather sole.

Orario continuato dalle ore 10 alle ore 17  
Open all day from 10 am to 5 pm