

ПОПАЛИ В СИЛЬНОЕ ТЕЧЕНИЕ

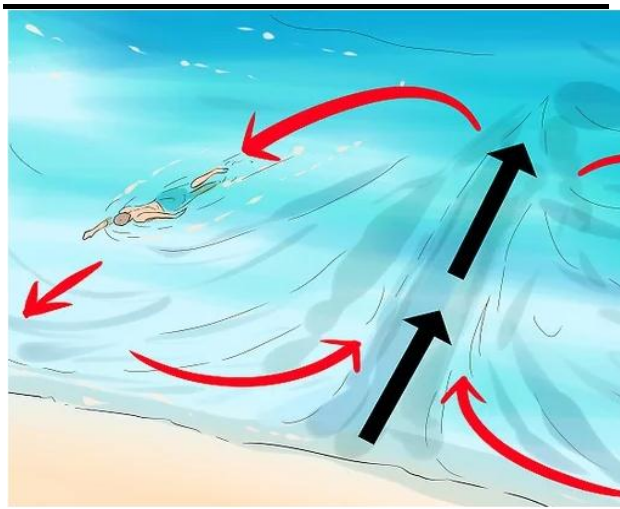


Отливное течение: узкая полоса воды, которая двигается со стороны пляжа вглубь моря (иногда вдоль пляжа).

Необходимо удержаться на воде.



Если вы чувствуете, что попадете в отливное течение, сразу же направляйтесь к берегу на мелководье.



Плывайте по диагонали к берегу. Как только вам удастся выплыть из отливного течения, сразу же выходите на берег.



Не боритесь с сильным течением. Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.



Сделать глубокий вдох, погрузиться в воду.



Сделав рывок в сторону течения всплыть на поверхность.

Источник и подробная информация о действиях на сайте:
https://mchs.rk.gov.ru/file/01_pravila_bezопасnosti_v_turpohode_ispravlennye.pdf

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ: 112