

# Sikkerhet og regler

Paintball er ikke krig og målet er ikke å skade hverandre. Vi tar sikkerheten på alvor og det er viktig for alle deltakere at de setter seg inn i våre regler før spill.

Instruktør/baneansvarlig gjennomgår reglene før hver spilling og har alltid siste ord. Grove brudd på reglene kan føre til at du ikke får spille mere.

## Generelt

- Arrangøren er ikke ansvarlig for skader på deltakere eller tap av eiendeler. All aktivitet er på eget ansvar.

## Alder

- Aldersgrense er 10 år.
- Er du under 18 år så må vi ha godkjenning fra foresatt. Dette gjøres ved å fylle ut ansvarsskjema som du tar med ferdig signert.
- Vi kan tilrettelegge arrangementer for de yngste hvor det spilles med lavere «trykk».

## Bekledning

– Alle klær er tillatt, men vi anbefaler at mest mulig av kroppen er tildekket med klær som gir litt demping. Jo tykkere klær jo mindre smerte, men husk at det blir veldig slitsomt og varmt med mye klær. Mørke farger er å foretrekke. Det meste av malingen går bort i vask, men det kan bli flekker som ikke går bort.

## Under spillet

- Masken som du får utdelt skal alltid være på når spillet pågår. Det er kun i definert sikkerhetssone at man får lov å oppholde seg uten maske.
- Det skal aldri siktes eller avfyres direkte mot spillere som er ute av spill eller tilskuere.
  - Hender/markør over hodet betyr: *ikke skyt!*
  - Når man blir truffet/markert så skal man vise dette tydelig ved å holde markør og hendene over hodet samtidig med at man sier: «markert! «ute!» e.l.
  - Det skal ikke skytes direkte mot noen som er nærmere enn 5 meter. Rop da istedet «Markert!»
- Har du markert en spiller så skal du ikke fortsette å skyte. Dette kaller vi overskyting.

- Viser spilleren at han er ute så ikke skyt mer.
- Får du et problem under spill eller pådrar deg en skade så rop: «STOPP» og vis tydelig at du trenger hjelp til nærmeste spiller.
- Ved avtalt lydsignal (fløyte, horn) skal spillet umiddelbart avsluttes og man møter ved sikkerhetssone.

### **Til slutt**

Det er en forutsetning at alle sørger for å overholde sikkerhetsreglene. Følg derfor med når instruktør og baneansvarlige gir beskjeder og gjennomgår sikkerheten.

**Det kan ikke gjentas ofte nok:** Det viktigste du kan gjøre for sikkerheten er å alltid beholde masken på!

**... og ha det gøy !**