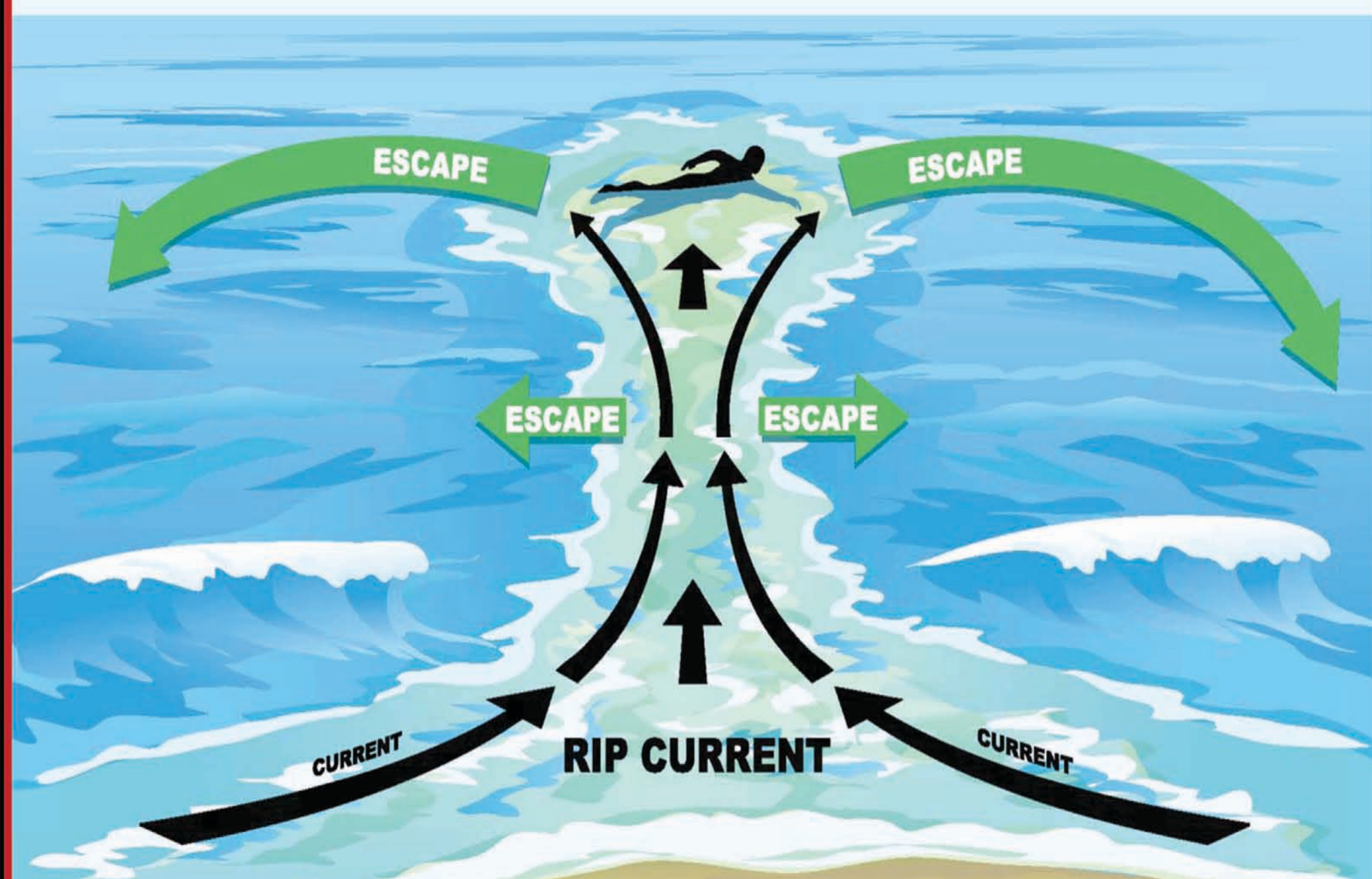


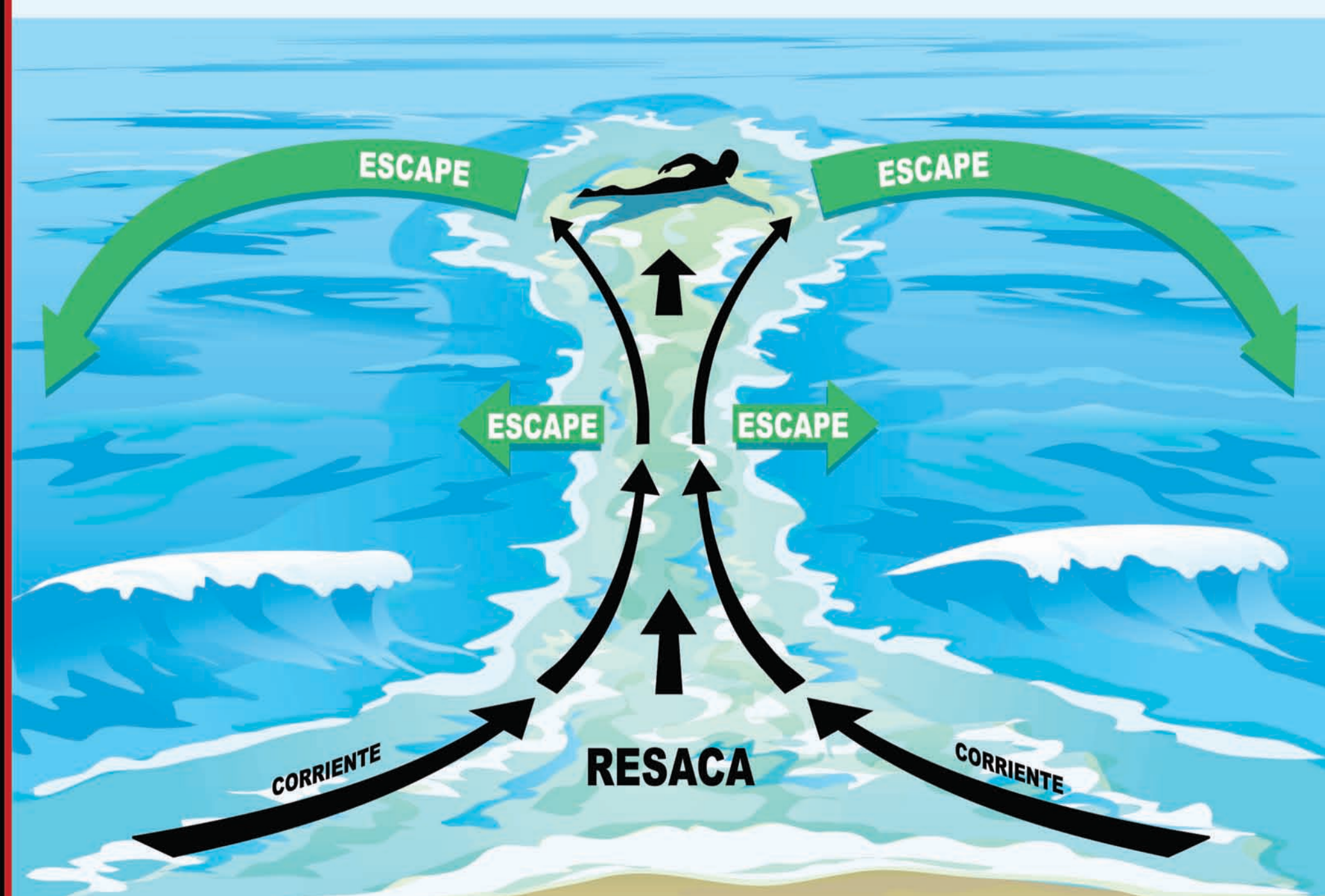
RIP CURRENTS

Break the Grip of the Rip!



Rip currents are powerful currents of water moving away from shore. They can sweep even the strongest swimmer out to sea.

Escápese de la resaca!



La resaca, que también se conoce como corriente de retorno, es una corriente de agua muy fuerte que se aleja de la orilla y puede arrastrar hacia mar adentro hasta al más experto nadador.

IF CAUGHT IN A RIP CURRENT

- ◆ Don't fight the current
- ◆ Swim out of the current, then to shore
- ◆ If you can't escape, float or tread water
- ◆ If you need help, call or wave for assistance

SI LO ATRAPA LA RESACA

- ◆ No luche contra la corriente
- ◆ Nade fuera de la corriente y luego hacia la orilla
- ◆ Si no logra escapar, manténgase a flote pedaleando
- ◆ Si necesita auxilio, grite or agite los brazos

More information about rip currents can be found at the following websites:

www.ripcurrents.noaa.gov
www.usla.org



www.ripcurrents.noaa.gov
www.usla.org

Para más información acerca de la resaca consulto estos sitios de web:

SAFETY

- ◆ Know how to swim
- ◆ Never swim alone
- ◆ If in doubt, don't go out
- ◆ Swimmers prohibited sunset to sunrise
- ◆ Children must be supervised at all times
- ◆ Absolutely no access to closed area
- ◆ Swift currents are around all structures in water

PARA SU SEGURIDAD

- ◆ Sepa nadar
- ◆ Nunca nade solo
- ◆ Si no está seguro, no se meta al agua
- ◆ Nadadores prohibidas desde el atardecer hasta el amanecer
- ◆ Los niños tienen que ser supervisados en todo momento
- ◆ Absolutamente ninguna entrada al área cerrada
- ◆ Corrientes rapidas cerca todas las estructuras en el agua