

# Informace pro nové plaváčky

Pokud začínáte s plaváním a doposud jste nikde s děckem neplavali , máme pro vás následující rady a informace

- Doprovázející dospělá osoba i malý plaváček musí být zdraví a netrpět žádnou infekční nemocí
- Doprovázející osoba i plaváček se musí před každým plaváním řádně osprchovat a umýt sprchovacím šamponem
- Plaváček má na sobě v bazénu jednorázové plenokplavky ( koupí se v drogerii a jsou číslovány jako normální plenky ) nebo neoprenové plavečky (např. firma Dena pan Matuška-Doly nebo jiné podobné plavečky )
- Když plaváček povyroste a nenosí během dne plenky, už můžete zakoupit normální plavečky
- Když plaváček již sám chodí, doporučujeme na chození v prostorách bazénu zakoupit gumovou obuv .Doprovázející osoba může mít také čistou gumovou obuv.Ve všech prostorách bazénu chodit opatrně a neběhat
- Doprovázející dospělá osoba ani plaváček nemusí mít koupací čepici při pobytu v bazénu , nošení koupací čepice je dobrovolné
- Dále si s sebou vezměte : velkou osušku nebo župánek, kosmetické potřeby, pití, svačinku, starý malý ručník , na který si můžete v šatně stoupnout ( abyste nestáli na mokré podlaze ). Doporučujeme vše mít ve větším batohu.Ve skříňce si nenechávejte : doklady, klíče od auta, finanční obnos, mobil, apod.Vše si dejte do batohu a ten si , po celou dobu plavání, necháte na židli u bazénu
- Plavecké pomůcky máme vlastní ( firma Dena – splňují normy EU ), nic si s sebou nenoste
- V šatně pro ženy jsou 3 přebalovací pulty a na skříňkách jsou také gumové podložky, které můžete používat
- V chodbě bazénu jsou botníky na obuv, ale tam si obuv neodkládejte ( tyto botníky slouží pouze dětem ze školek a škol při dopolední výuce, v této době je centrálně uzamčen hlavní vchod bazénu a tak znemožněn přístup cizím osobám do bazénu, ale v době odpoledních kurzů je bazén neuzamčený, proto si obuv a oblečení odkládejte jen do uzamykatelných skříňek v šatnách). Na uzamčení skříňek používejte vlastní visací zámeček
- Plave se na hloubce 120 cm , voda je teplá 30-31°C. Pravidelně se dopouští čerstvá voda, tak po tom trochu klesne teplota, ale během dne se opět dohřeje
- Parkuje se přímo před bazénem zdarma.Pokud je v bazénu hodně návštěvníků, můžete parkovat i při kraji vozovky, ale pozor, abyste nestáli někomu před vjezdem do domu ☺