



## Rønne Svømmeklub

### Info vedr. Rønne Svømmeklub

Her følger en kort gennemgang vedr. praktiske forhold omkring vores voksen- og børnehold i Rønne Svømmeklub.

**Alle** skal gå i bad og vaske sig med sæbe, **før** de tager badetøj på, og håret **skal** gøres vådt (ellers skal badehætte benyttes). Jo bedre, vi er til at vaske os, inden vi går i svømmehallen, jo lavere er klorkoncentrationen, hvilket kommer alle badende til gode. Har barnet langt hår, skal det være samlet med f.eks. elastik eller badehætte.

Det er forbundet med stor fare at løbe i svømmehal og omklædningsrum, hvorfor I gerne må minde jeres børn om, at de ikke må løbe.

Vi gør opmærksom på, at der først er adgang til omklædningsrummene 10 min. før ens eget hold starter, og der er først adgang til svømmehallen 5 min. før. **Ingen** må gå hen til vandet før træneren har givet lov. Dette er uanset, om hallen er tom, eller om der er hold i vandet. Snak gerne med jeres børn om det, da vi ved, at mange børn kommer alene. Vi vil gerne kunne koncentrere os om de hold, vi har i vandet, og svømmehallens personale kan ikke tage ansvar for vores svømmere, når der ikke er trænere til stede.

Vi beder om, at alle svømmere har svømmebriller med (**ikke** dykkermasker), da det vil hjælpe helt utrolig meget i svømmeundervisningen og på irriterede øjne. Sørg gerne for, at tøj og briller er mærket, i tilfælde af, at det bliver glemt i svømmehallen.

Det er ikke tilladt at tygge tyggegummi i vandet.

Vi opfordrer jer til at passe på værdigenstande som smykker, mobiltelefoner mm. Vi ser desværre en gang i mellem, at der er nogen, der mister deres ting. Det er heldigvis sjældent, men jo ikke mindre ærgerligt for den, det går udover. Hav evt. en 20-krone liggende i svømmetasken til skabene. Man får den igen, når man åbner skabet.

Hvis man har fodvorter eller fodsvamp, **skal** de/det under behandling, før man må gå i svømmehallen. Vi foreslår endvidere, at man, hvis man er disponeret for fodvorter, kan tage en badestrømpe på, så man undgår smitte. Ligeledes må man ikke gå i svømmehallen, hvis man har andre smitsomme sygdomme.

Forældre er velkomne den første gang. Resten af sæsonen henvises til forhallen eller en tur i byen.