



Правила поведения в плавательном бассейне ГБУ ДО НАО «Дворец спорта «Норд»

К занятиям плаванием допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Каждое занятие начинается и заканчивается только по сигналу педагога (инструктора). Вход в воду плавательного бассейна только по лестнице и спиной к воде. Во время занятий на дорожках возможно только правостороннее движение. При плохом самочувствии, алкогольном опьянении или любом другом ухудшении состояния здоровья посетителя, его незамедлительно удаляют из бассейна, оказав необходимую медицинскую помощь.

Посетители обязаны:

- иметь мыло, мочалку, полотенце, резиновые тапочки, **ШАПОЧКУ, закрытый купальник (плавки);**
- перед выходом в ванну бассейна воспользоваться (в случае необходимости) туалетом, выплюнуть жвачку, конфеты и т.п.;
- **перед каждым занятием принять душ без купального костюма;**
- плавать только по своим дорожкам;
- плавать в резиновых шапочках;
- при нахождении в ванне бассейна сплёвывать только в переливные желоба;
- входить в воду быстро, во время купания не стоять без движения;
- при ухудшении самочувствия или при судорогах быстро сообщить об этом педагогу (инструктору);
- неукоснительно следовать указаниям и требованиям медицинских работников, администратора, педагога, инструктора соблюдать дисциплину и порядок во время занятий.

Посетителям запрещается:

- посещение бассейна детьми до 14 лет без сопровождения взрослых;
- входить в воду без разрешения педагога (инструктора);
- заходить в гидромассажную ванну ранее, указанного в расписании времени;
- отправлять естественные надобности в ванну бассейна;
- без разрешения педагога (инструктора) нырять, прыгать с бортиков;
- подныривать под занимающихся;
- издавать ложные крики о помощи;
- плавать сразу после приёма пищи и после большой физической нагрузки;
- долго оставаться под водой при нырянии;
- плавать в шортах (плавательных шортах) или трусах;
- бегать по обходным дорожкам плавательного бассейна;
- ЗАПРЕЩАЕТСЯ ПОСЕЩЕНИЕ БАСЕЙНА СО СВОИМИ ПЛАВАТЕЛЬНЫМИ СРЕДСТВАМИ (круги, надувные, жилеты, ласты, трубки, маски, матрасы).

После окончания занятий в воде, занимающиеся имеют возможность в течение 3 – 5 минут принять тёплый душ.

Все документы и ценности сдавать администратору. **За несданные документы и ценности администрация ответственности не несёт.**

Передача абонеента другим лицам запрещена.

В случае нарушения посетителями настоящих правил, виновные удаляются из воды и впредь в бассейн не допускаются.