

# GODE RÅD OG REGLER I HUMLEHØJ HALLEN

Kære svømmere! Hvis vi alle husker de 9 regler, så er alle glade når de bruger svømmehallen.



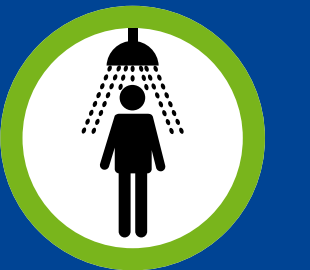
## INGEN SKO I OMKLÆDNINGEN OG I SVØMMEHALLEN

Brug klipklapper, bare tæer eller de blå plastik overtræk, så vi ikke får skidt med ind i svømmehallen og i vandet.



## SÆB DIG GODT IND OG VASK DIG GRUNDIGT UDEN BADETØJ

Vi ønsker, at alle svømmer i RENT VAND.



## INGEN LEG MED SÆBE/SHAMPOO/BALSAM I BRUSERNE

Det er farligt! Gulvet kan være meget glat. Det kan være MIT/DIT/VORES BØRN der kommer til skade.



## VIS HENSYN - VASK DIG HURTIGT OG GIV PLADS TIL DE NÆSTE

Alle vil gerne have en plads under bruseren, men svømmere som skal til svømmetræning skal have pladsen før dem som er på vej hjem. Der skal være plads til alle, det gælder både børn og voksne.



## TØR DIG I BRUSEOMRÅDET

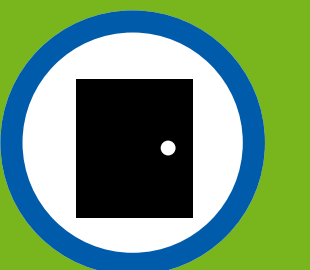


## HUSK BADEHÆTTE ELLER HÅRELASTIK TIL BØRN MED LANGT HÅR



## PAK DINE TING GODT OG STIL DEM I SKABET

Værdigenstande kan afleveres til træneren, husk at hente dem efter timen.



## VI ANBEFALER BRUG AF SVØMMEBRILLER

Vandet generer øjnene og børnene mister lysten til at udforske bevægelserne under vandet. Dykkerbriller må ikke anvendes.



## NAVN PÅ HÅNDKLÆDET

Det sker tit, at børn bytter håndklæder da håndklæder ligner hinanden.



## 9 TIPS

til en succesfuld  
oplevelse for  
DIT barn