



Правила посещения бассейна в ГАУ ДО РО "СШ "Рекорд"

Что нужно, чтобы ходить в бассейн:

- купальный костюм;
- шапочка;
- очки для плавания;
- полотенце;
- мыло и мочалка (мыло и шампуни только в пластиковой таре, строго не стекло);
- резиновые шлепанцы.

Мужчинам следует брать с собой плавки – боксеры или слипы.

Женщинам – сплошной купальник спортивного кроя.

Шапочка для купания тоже обязательна. Во-первых, она защитит ваши волосы от хлора и частично от намокания (если не погружаться с головой). Во-вторых, волосы засоряют фильтры бассейна. Очки не обязательны (без них вас не выгонят), но желательны. Как и шапочка, они защитят глаза от хлорированной воды.

Санитарно-гигиенические правила посещения плавательного бассейна

Самое главное правило – принимать душ перед каждым погружением в бассейн. Необходимо тщательно вымыться (без купальника), смыть всю косметику полностью, отлепить пластыри, если они имеются.

Пользоваться лучше мылом, потому что гели имеют другой состав и дольше смываются (при некачественной помывке тела с использованием геля ухудшается качество воды в бассейне).

Также в душевых бассейна запрещается бриться, делать маникюр, педикюр, наносить маски, выполнять какие-либо другие косметологические процедуры. После душа (перед погружением в воду) категорически нельзя втирать в кожу различные кремы и лосьоны, мази. Тело должно быть совершенно чистым.

В целях безопасности в бассейнах запрещается:

- плавать в нижнем белье;
- бросать в воду посторонние предметы;
- пользоваться принесенными из дома плавательными кругами, досками (если иное не разрешено администрацией клуба);
- отпирать естественные надобности в чаше бассейна;
- сморкаться и плевать (если попала вода, необходимо пользоваться сливным желобом);
- бросать инвентарь и личные вещи на кафель;
- находиться в помещении бассейна в уличной одежде и обуви;
- проносить с собой еду и напитки;
- плавать с жевательной резинкой.

Вместе с тем, существуют и другие правила посещения бассейна, касающиеся поведения.

В бассейнах запрещается:

- нырять с бортиков и тумбочек;
- мешать проведению групповых занятий (например, если идет аква-аэробика);
- плавать поперек плавательных дорожек;
- сидеть, висеть на разделительных дорожках;
- подныривать под плавающих, толкать руками или ногами, любыми иными способами стеснять действия других посетителей, специально создавать обильные брызги;
- подавать ложные сигналы о помощи, шуметь, кричать, привлекать к себе внимание;
- конфликтовать с другими членами клуба, нецензурно выражаться;
- входить в служебные и технические помещения;
- включать, выключать и регулировать любое инженерно-техническое оборудование;
- вести видео- и фотосъемку без согласования с администрацией;
- находиться в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- При плавании нескольких человек на дорожке, посетители должны держаться правой стороны, т.е. плавание в бассейне осуществляется всегда против часовой стрелки.
- Впереди плывущих разрешается обгонять слева, отдыхать в углах дорожки, чтобы не мешать остальным.
- Все перемещения в бассейне посетители должны делать только шагом (обязательно в сланцах, никак не босиком).

Нужна ли медицинская справка?

Как правило, медицинскую справку могут потребовать в ФОК, где занимаются дети и подростки, в бассейнах, принадлежащих университетам и школам.

Многие (даже крупные сетевые клубы) справку не просят, но будьте готовы, что документ может понадобиться в любой момент – вы не сможете посещать бассейн, отказавшись от прохождения медосмотра.

Администрация имеет право потребовать медицинскую справку у лиц с выраженными признаками заболеваний, при наличии которых запрещено посещать бассейн.

Сюда относятся:

- эпилепсия;
- чешуйчатый лишай;
- туберкулез;
- гнойные поражения кожных покровов и мягких тканей;
- гельминтоз;
- грибковые заболевания кожи;
- отиты, синуситы, тонзиллиты, конъюнктивиты.
- Также запрещается посещать бассейн при наличии временных медицинских противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии кожных, кожно-венерологических заболеваний, кровотечений, простудных заболеваний, в плохом самочувствии.

Персонал бассейна вправе контролировать соблюдение вами вышеуказанных правил.

- Если вы прошли в загрязненной обуви или не надели шапочку, вам могут сделать замечание.
- Если переодели взрослого мальчика в женской раздевалке – аналогично.
- Злостные нарушители могут быть удалены из ФОК.

Кроме того, если человек регулярно игнорирует правила посещения бассейна по СанПиН, администрация оставляет за собой право отказать в посещении комплекса.