



## Внутренние правила посещения бассейна ФОК «Водник» (ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ)

### Для посещения бассейна необходимо наличие:

- Купального костюма (плавки для мужчин, слитный купальник для женщин)
- Шапочки для плавания
- Полотенца
- Мыла (твердое)
- Мочалки
- Тапочек для бассейна
- Справки от врача (терапевт/дерматолог) о состоянии здоровья с заключением об отсутствии противопоказаний для занятий плаванием.

Только для детей до 14 лет – справку о результатах паразитологического обследования (яйцеглист/энтеробиоз) срок действия такой справки - 6 месяцев. Справки должны предоставляться администратору для последующей регистрации у медицинской сестры. При отсутствии одного из предметов посетитель к занятиям не допускается.

### Клиент обязуется:

1. Выполнять все требования персонала бассейна (тренер, инструктор, администратор, мед. работник), связанные с обеспечением безопасности и соблюдением правил посещения бассейна.
2. Соблюдать расписание занятий и общее время пребывания в бассейне:
  - вход в раздевалку (для переодевания и приёма душа) осуществляется за 15 минут до начала сеанса (согласно расписанию)
  - время нахождения в чаше бассейна согласно расписанию (1 сеанс = 45 минут)
  - время приёма душа после сеанса и нахождение в раздевалке – не более 15 минут
3. В целях обеспечения вместимости индивидуального шкафчика для переодевания, гигиенические предметы и плавательные принадлежности должны проноситься в раздевалку только в полиэтиленовых пакетах или малогабаритных сумках
4. Гигиенические предметы должны быть только в небьющейся таре (пластик, полиэтилен и т.д.)  
Использование гигиенических предметов в стеклянной таре запрещено
5. Предоставить возможность персоналу бассейна проверить соблюдение требований о наличии соответствующих предметов гигиены
6. Принять тщательный душ в течении 5-7 минут (без купального костюма с мочалкой и мылом)



7. После окончания пользования душем обязательно закрыть кран подачи горячей и холодной воды
8. Перед входом в бассейн по требованию медицинского персонала предоставить возможность проверить качество принятия душа
9. По окончании сеанса посетители должны ополоснуться под душем, вытереться, выжать плавательные принадлежности и только после этого идти в раздевалку
10. Вход в воду и выход после сеанса осуществляется по команде (звуковому сигналу) инструктора.
11. После подачи сигнала об окончании сеанса посетителю необходимо покинуть бассейн (если вы плаваете более одного сеанса, то об этом нужно заранее сообщать дежурному инструктору)
12. Вход в раздевалку бассейна лицам противоположного пола запрещен, за исключением обслуживающего персонала
13. Заниматься только на дорожках, отведённых администратором бассейна или дежурным инструктором (согласно ежемесячному расписанию бассейна)
14. После окончания сеанса покинуть бассейн (зону душа и раздевалки) в течении 15 минут (у лиц, вовремя не покинувших чашу бассейна или раздевалки может быть списан второй сеанс)
15. Соблюдать следующие требования по порядку использования дорожек и правил поведения в чаше бассейна:
  - при плавании нескольких человек на дорожке, посетители должны держаться правой стороны, обгонять слева, отдыхать в углах дорожки.
  - для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться сливным желобом.
  - все перемещения в бассейне посетители должны делать только шагом, запрещается прыгать с бортиков и тумбочек бассейна.
  - запрещается толкаться во время плавания.
  - запрещается висеть на дорожках бассейна.
  - запрещается плавать поперёк бассейна, кроме перехода с дорожки на дорожку и к лестнице.
  - в бассейне запрещено создавать излишний шум и подавать ложные сигналы о помощи.
  - при плавании в бассейне запрещено создавать препятствия другим посетителям.
  - запрещается плавать с жевательной резинкой.
  - запрещается посещать бассейн в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.
  - запрещается плавать без шапочки, так как волосы засоряют фильтры бассейна.



- запрещается приносить огнестрельное и холодное оружие, колото-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики.
  - запрещается курить, принимать пищу и распивать спиртные напитки в бассейне
  - запрещается пользоваться ластами и масками (без разрешения работников бассейна)
  - запрещается приносить в бассейн плавательные круги, доски и другие предметы (без разрешения работников бассейна)
  - запрещается втирать в кожу косметические средства (крема, мази и т.д.) во избежание аллергий у посетителей.
  - запрещается производить косметологические процедуры в бассейне (эпиляцию, маникюр, педикюр, пиллинг и т.д.)
  - запрещается портить инвентарь спорткомплекса и использовать инвентарь без разрешения инструктора или не по назначению.
  - запрещается производить фото и видеосъемку без разрешения руководства бассейна.
  - запрещается проходить в раздевалки, душевые, бассейн в уличной обуви или в бахилах.
  - запрещается проносить в бассейн личные вещи (кроме резиновых тапочек, плавательных очков и шапочки)
16. При первом посещении бассейна ознакомится с правилами техники безопасности, общими правилами ФОК «Водник» и правилами приобретения и пользования абонементом.
17. К занятиям по плаванию на глубокой воде (глубже 1,5 метра) допускаются лица, с 14 лет (предоставившие документ удостоверяющий личность), способные проплыть не менее 25 метров любым способом плавания. Лица, не умеющие плавать, должны пройти курс начального обучения и выполнить установленный норматив.
18. Дети с 7 до 14 лет, допускаются в большой бассейн строго в сопровождении родителей. Дети с 6 до 14 лет, занимающиеся в группах, допускаются в большой бассейн под руководством тренера.
19. Родители детей, занимающихся в детских плавательных группах или индивидуально, в раздевалки и чашу бассейна не допускаются. Исключения составляют те случаи, когда родители посещают бассейн вместе с ребёнком по абонементу на свободное плавание, или на групповые занятия для взрослых.

**В СЛУЧАЕ НЕСОБЛЮЖДЕНИЯ ПРАВИЛ ПОСЕЩЕНИЯ БАСЕЙНА ФОК «ВОДНИК» АДМИНИСТРАЦИЯ ОСТАВЛЯЕТ ЗА СОБОЙ ПРАВО ОТКАЗАТЬ КЛИЕНТУ В ПОСЕЩЕНИИ!!!**