

Утверждаю
Директор ГБУ ДО НАО
Дворец спорта «Норд»

И.Н. Соколов

«01» _____ 2018 г.



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, с мылом (гелем для душа) и мочалкой;**
- 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 или трусах;**
- **бегать по обходным дорожкам плавательного бассейна.**

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.