



REGLER FOR SVØMMEUNDERVISNING I HARALDSHALLEN

BADEREGLENE er til først og fremst for elevenes sikkerhet. Det er derfor viktig at alle som skal ha svømmeundervisning er kjent med reglene på forhånd. I svømmehallen kan det lett oppstå farlige situasjoner. For å unngå disse må du merke deg følgende:

1. Golvet er glatt. Du må *aldri løpe*, verken i garderoben eller svømmehallen.
2. Du må *aldri dytte* noen ut i vannet, eller *dukke* noen under vann, selv om det er lek.
3. Du har bare lov å stupe eller hoppe fra bassengkanten når læreren har tillatt det.
4. Du har bare lov å stupe eller hoppe fra brett når læreren har tillatt det, og det ikke er andre elever under brettet.
5. Dette må du ha med deg hver gang:
 - a) Badebukse eller badedrakt
 - b) Badehette
 - c) Håndkle
 - d) Såpe
6. Dette må du gjøre hver gang:
 - a) Sette sko fra deg i gangen utenfor garderoben
 - b) Gå inn i garderoben og finne en plass på benken
 - c) Kle helt av deg og ta med badesakene inn i dusjrommet
 - d) Dusje grundig og vaske deg med såpe
 - e) Gjøre deg klar til bading etter lærerens rettleiding
 - f) Dusje og vaske deg også etter bading

Dersom du ikke følger reglene, vil du kunne bli vist opp av bassenget, og du må følge resten av timen fra bassengkanten.