

Info om Folkhälsans baby-, syskon- och familjesim

Plats: Kampens idrottscentrum, Malmgatan 3 D, 00100 Helsingfors

- ✓ Ta hissen till nedre våningen där bassängavdelningen finns. Vagnen kan tas med ner till källaren och lämnas i aulan utanför omklädningsrummen. Utgång också från denna aula. Omklädningsrummen är tillgängliga för babysimmarna från kl. 12.40.
- ✓ Vänligen använd skoskydd då ni går in i omklädningsrummen. Nycklarna till skåpen i finns färdigt i skåpdörrarna. För att kunna låsa skåpdörren behöver ni ett 50 cents mynt.
- ✓ God hygien är viktigt så kom ihåg att alla simmare som är över 1 år skall tvätta sig noggrant utan simdräkt före simningen. Också håret/skäggget bör tvättas eller vätas. Ta av alla smycken och klockan. Glasögon får användas. Ifall man inte vill väta håret skall man använda sim- eller duschmössa. Långt hår/skägg bör fästas med snodd.
- ✓ Vänta på att instruktörerna ger er lov att gå i bassängen.
- ✓ Om ert namn och telefonnummer inte finns på närvarolistan, be om en kontaktuppgiftsblankett av instruktören. Den kan fyllas i före eller efter simningen och ges ifylld tillbaka till instruktören.
- ✓ Vi önskar att ni avlägsnar er från omklädningsrummen 15 min efter att simtiden tagit slut, så att nästa grupp ryms in.
- ✓ Kom ihåg att alltid också följa simhallens egna regler och anvisningar.
- ✓ Endast tillåtet att fotografera och videofilma eget barn.

Vi önskar er trevliga simstunder!

Folkhälsans Babysim
09 315 5532

babysim@folkhalsan.fi

Facebook: Folkhälsan babysim / vauvauinti

Folkhälsan Vauvauinti
09 315 5532

vauvauinti@folkhalsan.fi