



## Infomail Vollsmose Svømmehallen

Kære svømmere og forældre,

I denne infomail får I tips og tricks til en god sæsonstart. Samt kan I også læse jer til de regler og forventninger vi har til medlemmerne, for at kunne sikre en tryk og god generel adfærd i hallen.

**Opstartshjælpere i hallen:** Under opstartens første uger vil vi forsøge at være til stede i hallen med ekstra hjælpere. Både til at guide i hallen og til at besvare eventuelle spørgsmål. Til daglig er der en specifik halansvarlig tilknyttet hallen, som hjælper med spørgsmål, oprykninger og opståede situationer. I kan finde jeres halansvarlige herinde: <https://www.h2odense.dk/contacts>, hvor I også kan finde deres mail som kontaktmulighed. Tag fat i den halansvarlige hvis I har spørgsmål. Undgå at kontakte trænerne, som er der for at undervise og for at have opmærksomheden på børnene i vandet.

**Til Forældre:** Forældre er velkomne til at se deres børn svømme fra siddepladserne i hallen de første to gange i sæsonen, og dernæst hver d. 1. gang i måneden. Vi har valgt at forældre som udgangspunkt, medmindre de har en gensidig aftale med de halansvarlige, ikke skal være i hallen og på siddepladserne undervejs i svømmetimerne – dette for at sikre mest mulig ro og opmærksomhed fra børnene til trænerne.

**Omklædningsrummet:** Omklædningen finder I ved at gå ned af trappen i forhallen. I må tidligst komme 15 min. før holdstart for at bade/omklæde, og I max bruge 15 min. efter holdet til bad/omklædning. Dette er for at mindske antallet af personer i hallen bedst muligt. Omklædningen finder I for enden af forhallen på venstre side. Som forælder må man hjælpe sit barn i omklædningen indtil barnet er fyldt 7 år. Når barnet er fyldt 7 år, skal denne som udgangspunkt kunne klare sig selv i omklædningen. Skabene kan låses med en hængelås – vi anbefaler en hængelås med kode frem for nøgle. Skabe der er låst, når svømmehallen lukker, klippes op.

**Hygiejne:** Det er vigtigt at vaske sig grundigt med sæbe før svømmetøjet tages på, samt skal håret skylles godt og er vådt inden I hopper i vandet. Hvis ikke det vaskes af, ender de døde hudceller og hår i vandet, hvilket medfører at der skal bruges flere kemikalier for at holde vandet rent. Hjælp gerne jeres børn hjemmefra til gode badevaner.

**Telefoner og Kamera:** Af hensyn til medlemmer og forebyggelse af krænkende episoder er AL brug af smartphones, tablets samt andet udstyr der kan tage billeder og optage video, ikke tilladt i hallen og omklædningsfaciliteter. Disse regler gælder uanset hvad mobil, tablet osv. bruges til.

**Adgangskort:** Man skal benytte adgangskort for at komme ind i forhallen i svømmehallen. Hvis man er ny svømmer, skal man derfor være opmærksom på at komme i god tid, til der kommer nogen med et adgangskort eller en anden svømmer der skal ind i hallen. Adgangskortene kan man få hos forhalshjælperen eller ved sin træner. Man har adgang til omklædningen 15 min. før ens svømmehold. Adgangskortene giver adgang til hele sæsonen, og skal derfor gemmes til hver gang.

**H<sub>2</sub>Odenses anbefaling til udstyr:** Vi anbefaler at bruge svømmebriller, og evt. badehætte eller har opsat hår, når I skal svømme. Har du tendens til at fryse, så brug gerne en badehætte, da det er nemmere at holde varmen.

I er altid velkommen til at kontakte os på mail: [tilmelding@h2odense.dk](mailto:tilmelding@h2odense.dk), hvis I har spørgsmål.

Vi håber I får en rigtig god oplevelse og start ude i hallerne ☺  
De bedste hilsner fra Svømmeskoleleder Signe Løvgreen ([sl@h2odense.dk](mailto:sl@h2odense.dk)).