INFORMATOR

FAMILY LIFE
SZKOŁA PŁYWANIA

LAVO.

PLYWANIEDLADZIECI.PL

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

- przed pierwszymi zajęciami prosimy o przybycie co najmniej 15 minut wcześniej
- imienne karnety wejściowe, obowiązujące przez cały semestr zostaną wysłane w formie elektronicznej na adres email
- karnet upoważnia do wejścia na pływalnię bez dodatkowych opłat dla osób korzystających z zajęć grupowych i indywidualnych

- czas pobytu w strefie basenowej
  - ✶ 50 minut - dla zajęć trwających 30 minut
  - ✶ 80 minut - dla zajęć trwających 60 minut
- karnet Family Life należy okazać w recepcji klubu LAVO. Uczestnikowi zajęć zostanie wydany kluczyk, uprawniający do korzystania z przebieralni w strefie basenowej.
- miejsce zbiórki na pływalni wyznacza tabliczka z logo Szkoły Pływania Family Life oraz napisem „REZERWACJA”

- prosimy o przyprowadzenie dzieci na halę basenową 5 minut przed rozpoczęciem zajęć tak, aby lekcje rozpoczynały się punktualnie
- rodzic może wejść do szatni oraz wprowadzić dziecko na halę basenową bez konieczności kupienia biletu na maksymalnie 20 minut
- po zajęciach prosimy o punktualne odebranie dziecka od instruktora

Family Life

INFORMATOR

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO ZAJĘĆ?

Woda to zupełnie inne środowisko, z którym trzeba się oswoić.
By od pierwszych zajęć czuć się swobodnie należy zadbać, by nasze pociechy były dobrze do nich przygotowane :)

CO ZABRAĆ NA BASEN?

1. **Wygodny strój kąpielowy** (nie może być za luźny, by nie zsuwał się podczas wodnych harców i skoków do wody / slipki do pływania przylegające do ciała, najlepiej wiązane na sznurek - nie spodenki (luźne spodenki ograniczają komfort pływania).
2. **Okularki pływackie** – prosimy by nie była to maska zakrywająca nos, gdyż utrudnia ona naukę wypuszczania powietrza pod wodą. Okulary są wymagane od pierwszych zajęć. Gwarantują swobodę podczas nurkowania, delikatnych chlapnięć wodą po buzi oraz zapewniają płynne przeprowadzenie zajęć.
3. **Czepek** - na basenach, na których uczymy pływać jest on obowiązkowy.
4. **Ręcznik** - zostawiamy go na ławce na pływalni, by po zajęciach od razu się nim okryć, unikając wychłodzenia.
5. **Klapki basenowe** - dla najmłodszych najbezpieczniejsze będą klapki z zabezpieczeniem pięty, by stopa nie wysuwała się z klapka.
6. **Przybory toaletowe** - płyn do kąpieli, ewentualnie szampon do włosów. Ważne, by zabierać również ze sobą krem do twarzy, chroniący przed wysuszeniem po kontakcie z chlorem.
7. **Dobry humor** ☺

Family Life

INFORMATOR

TERMINARZ ZAJĘĆ w roku szkolnym 2020/2021

- dni, w których odbywają się zajęcia
- dni wolne od zajęć

WRZESIEŃ

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

PAŹDZIERNIK

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

LISTOPAD

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

GRUDZIEŃ

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

STYCZEŃ

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

PŁYWANIE W FERIE 18-31 STYCZNIA

INFORMATOR

TERMINARZ ZAJĘĆ w roku szkolnym 2020/2021

- dni, w których odbywają się zajęcia
- dni wolne od zajęć

LUTY

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

MARZEC

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

KWIECIEŃ

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

MAJ

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

CZERWIEC

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

INFORMATOR

NIEOBECNOŚCI

O nieobecnościach należy informować
minimum 24 godziny przed zajęciami,
tylko i wyłącznie drogą mailową na adres plywanie@family-life.pl

ODRABIANIE NIEOBECNOŚCI

Odrabiać można zajęcia, które zostały zgłoszone w terminie podanym powyżej (punkt „NIEOBECNOŚCI").

ZDARZENIA LOSOWE

W przypadku zdarzeń losowych (np. awaria na basenie), zajęcia zostaną przełożone na inny termin.

KONTAKT

W sprawach bieżących, związanych z nauką pływania:

WOJTEK tel. 881 745 385, plywanie@family-life.pl

ADRES PŁYWALNI:

Klub sportowy LAVO.
ul. Geodetów 23E
Józefosław

Regulamin korzystania z basenu LAVO.

1. Basen, sauny otwarte są codziennie w godzinach: 7.30-22.30.
   Godziny otwarcia podczas świąt mogą ulec zmianie.
2. Istnieje możliwość zmiany dostępności strefy z przyczyn technicznych lub organizacyjnych.
3. Korzystanie ze strefy basenu odbywa się tylko przy obecności ratownika/instruktora, który ponosi pełną odpowiedzialność za bezpieczeństwo przebywających tu osób. Wszyscy korzystający z tej strefy muszą podporządkować się poleceniom ratownika/instruktora.
4. Korzystanie ze strefy basenu podczas nieobecności instruktora/ratownika odbywa się na własną odpowiedzialność.
5. Osoby korzystające ze strefy basenu proszone są o przebranie się w szatni, zmianę obuwia na klapki basenowe.
6. Na basenie obowiązuje strój kąpielowy bez kieszeni.
7. Przed wejściem na basen należy wziąć prysznic z użyciem środków myjących.
8. Dzieci do lat 10 przebywają w strefie basenowej tylko pod opieką osób dorosłych.
9. Małe dzieci należy wyposażyć w pieluchy basenowe.
10. Zakazuje się korzystania ze strefy basenowej osobom nietrzeźwym lub znajdujących się pod wpływem innych środków odurzających. Jednocześnie zabrania się palenia tytoniu, spożywania alkoholu i środków odurzających w tej strefie.
11. Ze względu na bezpieczeństwo nie wolno: biegać po płycie basenu, skakać do wody, utrudniać pływania innym użytkownikom, wnosić szklanych przedmiotów, wprowadzać zwierząt, pływać w okularach optycznych, pływać w szkłach kontaktowych, posiadać ostrych przedmiotów (zegarki, biżuteria, kolczyki itp.).
12. Osoby korzystające ze strefy saun proszone są o zapoznanie się z informacjami na temat saun które znajdują się w szatni basenowej. Decydując się na przebywanie w saunach mają świadomość, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych i czynią to na własną odpowiedzialność.
13. Prosimy o niewchodzenie do saun w klapkach oraz strojach kąpielowych. Należy pamiętać, że w wysokich temperaturach materiały syntetyczne zaburzają wydalanie potu i mogą podrażniać skórę. Prosimy o korzystanie z ręczników.
14. W strefie saun prosimy o zachowanie ciszy.
15. Personel obiektu nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione w szatni lub strefie basenowej.
16. Za wszelkie zniszczenia spowodowane przez nieprawidłowe użytkowanie odpowiedzialność ponosi sprawca.
17. Za szkody spowodowane przez nieletnich odpowiedzialność ponoszą rodzice lub opiekunowie.
18. W basenie może przebywać jednocześnie maksymalnie 20 osób.
29. Opłata za zagubiony kluczyk wynosi 40 zł.

Family Life

LAVO.

Do zobaczenia na pływalni !

FAMILY LIFE
SZKOŁA PŁYWANIA

FAMILY LIFE
Szkoła Sportów Letnich i Zimowych
ul. Patriotów 110 lok. 215, 04-844 Warszawa
K: +48 881 745 385; +48 577 921 882
E: plywanie@family-life.pl

Family Life to nie tylko szkoła pływania – to sposób życia na sportowo. To szkoła sportu, pasji i przygody.

Z nami Jest Lux!

Serdecznie zapraszamy do łączenia z nami pasji sportów letnich i zimowych.