

# Informace ke kurzům, které jsou pořádány na bazéně v Hloubětíně

Kontaktní telefon: K. Ptáková 607749576, K. Vostárková, D. Kratochvílová 281864012 (jen dopoledne)

## Kurzy probíhají od 1.února do 21. června 2018

### Kurzy plavání pro děti

Kurzy plavání jsou určené pro děti od 6 do 15 let – po dohodě lze zapsat i starší děti. **Jen v pondělí také pro velmi samostatné** předškolní děti. Výběr dne a hodiny se provádí pouze podle Vašich časových možností (pondělí, úterý a čtvrtek 16,00 – 16,50 nebo 17,00 – 17,50). Úroveň znalostí plavání není rozhodující, neboť děti jsou po přezkoušení rozděleny do družstev podle své výkonnosti. Výcvik je uzpůsoben věku a schopnostem dětí, přeřazení do vyšší nebo nižší skupiny je možné během trvání celého kurzu a je zcela v kompetenci vedoucího kurzů. V kurzu se používají plavecké pomůcky (pásky, plavecké desky). Jejich použití je nutné ke správnému nácviku a zvládnutí plaveckých způsobů.

### Kurzy plavání pro rodiče s dětmi

Jsou určeny pro děti od 3 let do 6 let v doprovodu **jedné** dospělé osoby, která se zúčastní výcviku v malém bazénu (nutné plavky) spolu s **jedním** dítětem (úterý a čtvrtek 16,00 – 16,50 a 17,00 – 17,50).

### Synchronizované plavání (= akvabely)

Přípravka závodního družstva – *zapisujte prosím jen dívky, u kterých předpokládáte, že se budou synchronizovaným plaváním zabývat závodně, pokud chcete jen zdokonalit plavání, přihlaste je prosím do kurzů zdokonalovacího plavání (lze i vícekrát týdně), zvažte, prosím, také své možnosti i vzhledem k časové náročnosti v závodním družstvu.*

Přijímáme pouze **školní** děti ročníků narození 2008 – 2011 (není vhodné pro děti s negativním vztahem k vodě a pohybu vůbec), alespoň částečná znalost plavání je výhodou), plaveme 2x týdně – pondělí (16,00 – 16,50) a středa (15,00 – 15,50 nebo 17,00 – 17,50), je nutné chodit oba dny. Starší dívky mohou navštěvovat kroužek synchronizovaného plavání, menším dětem stačí klasický kurz plavání, který je pro ně vzhledem k jejich věku a k náročnosti výcviku v přípravce, vhodnější. Výjimečně šikovné děti r. nar. 2007, 2008, 2009, mohou být po přezkoušení zařazeny přímo do závodního družstva. Podmínkou pro přeřazení je dobrá znalost plaveckých způsobů prsa, znak, částečně kraul, uplavat cca 200 metrů bez zastavení a 10 m pod vodou, provaz na jednu nohu. Po absolvování dvou kurzů přípravy – tj. cca začátkem června, vybíráme děti do závodního družstva (**plavání 3 – 5 x týdně po dvou až třech hodinách!!! i o víkendu, závody jsou o víkendech, občas i o prázdninách, povinné soustředění je poslední 2 týdny v srpnu**).

Kroužek synchronizovaného plavání – je určen pro dívky od cca 10 let, které nemohou vzhledem k věku nebo nemají zájem provozovat synchronizované plavání závodně, plavání 1x týdně ve středu od 15,00 do 15,50 (předpokladem pro přijetí je dobrá znalost základního plavání), jedná se o kroužek, kde se učí základní prvky synchronizovaného plavání a současně se zdokonalují plavecké styly. Po cca 1 – 2 letech jsou dívky schopné nacvičit a předvést jednoduché vystoupení pro rodiče. Z kroužku nelze v žádném případě přejít do závodního družstva.

**V době plaveckých kurzů je bazén a jeho zázemí určeno jen pro děti, případně pro rodiče a děti z příslušných kurzů, není možné plavání veřejnosti. 1 lekce = 50 minut**

## Organizační řád kurzů

- neplaveme o svátcích a školních prázdninách (svátky 2. 4., 1 + 8. 5.2018)

jarní prázdniny 12. - 18. 2. 2018, velikonoční prázdniny 29. 3. – 2. 4. 2018)

\* **KURZOVNÉ SE NEVRACÍ!!!** Při dlouhodobé nemoci – po předložení lékařského potvrzení – individuální dohoda

\* děti vstupují do šaten bazénu na elektronickou legitimaci, kterou obdrží při zápisu, bez této legitimace nemohou jít na bazén. Při ztrátě legitimace nebo poškození čárového kódu, bude v kanceláři vydána nová za poplatek 30,-Kč

\* vstup do šaten je 10 minut před zahájením výukové lekce, odchod ze šaten je do 15 minut po jejím skončení, při překročení tohoto časového limitu je vybírán doplatek 30,-Kč (dítě obdrží doplňkovou vstupenku)

\* do prostoru za turniket lze vstoupit a vystoupit jen jednou během příslušné hodiny, opakovaný vstup není možný

\* na jednu legitimaci vstupuje jen jedna osoba, kurz rodičů s dětmi – rodič prochází turniketem s dítětem na ruce

\* **VSTUP RODIČŮ DO ŠATEN NENÍ Z KAPACITNÍCH DŮVODŮ DOVOLEN!** Přihlašujte prosím jen samostatné děti, které se dokážou svléknout a obléknout bez vaší přítomnosti

\* po vstupu do šatny odevzdá dítě paní šatnáře legitimaci a obdrží klíč od šatní skříňky, menším dětem doporučujeme předat klíče, po uzamčení skříňky, před odchodem na bazén, zpět šatnářkám (děti je často ztrácejí), dítě si musí pamatovat číslo skříňky, při odchodu ze šatny dítě odevzdá klíč šatnáře a obdrží zpět legitimaci, doporučujeme si, před nástupem do kurzu, přijít s dítětem zaplavat, projít si šatny, bazén a zkusit si uzamčení skříňky

\* věci na bazén – ručník, mýdlo, případně plaveckou čepici a plavecké brýle (ani čepice ani brýle nejsou nutné) si děti uloží do podepsané igelitové tašky, kterou si vezmou na bazén, na bazén se nenosí batohy a tašky z ulice

\* za věci uložené mimo skříňku nebo v neuzamčené skříňce provozovatel bazénu ani pořadatel kurzů nenese zodpovědnost, nenese zodpovědnost ani za řetízky, náušnice, prstýnky, mobily apod.

\* **vstup na galerii bazénu** je povolen jen při hodinách pro rodiče (rodiče sledují děti z balkonu bazénu při výuce) v těchto týdnech **22. – 25. ledna, 12. – 15. března a 4. - 7. června 2018**

\* každý účastník výcviku musí dodržovat pokyny pracovníků bazénu a cvičitelů plavání a synchronizovaného plavání a je povinen se před vstupem do bazénu osprchovat a umýt mýdlem

\* děvčata z družstev synchronizovaného plavání musí mít koupací čepici a musí si ji umět nasadit

Při nedodržení organizačního řádu, při nevhodném chování v šatnách, sprchách, na WC, může dojít k vyloučení dítěte z výuky bez náhrady.