

Välkomna till Trampoolin simskolor!

Vad roligt att ni vill simma med oss och samtidigt ge ert barn värdefulla vattenkunskaper! Vi ser fram emot att träffa er i vattnet! Nedan följer först generell viktig information inför er simning och längre ner viktig information om just den anläggning ni ska simma på.

Generell viktig information

Vi finns på olika anläggningar av den anledningen att vi vill finnas nära våra kunder. De anläggningar vi använder bedriver oftast egen verksamhet som vi och våra kunder måste respektera och ta hänsyn till. Var god och följ eventuella skyltar och uppmaningar.

Rena vatten är viktigt att behålla. Det är av största vikt att alla duschar och tvättar sig med tvål utan badkläder före varje badtillfälle. Barn under ett år behöver inte duscha, då de snabbt kyls av. Håret ska tvättas även om vi på flertalet av våra anläggningar också kräver att vuxna använder badmössa för att också undvika hår i vattnet och ventiler. Inga smycken får bäras och smink ska tvättas bort. Kom ihåg att det är för ditt barn som vattenkvaliteten ska hållas hög!

Blöjbar ska ha en speciellt anpassad byxa för babysim och den ska vara av rätt storlek så den verkligen håller tätt. Om barnet skulle bajsa under lektionen - ropa på instruktören och lyft upp barnet ur vattnet. OBS – lyft upp barnet på kanten innan ni tittar i byxan, annars flyter det ut i vattnet.

Första lektionen börjar vanligtvis med några minuters information på land och därefter fortsätter lektionen i vattnet. Vid utsatt starttid börjar alltid kurserna och därför bör ni då vara duschade, ombytta och klara.

Försäljning av badbyxor och badmössor sker av Trampoolins personal. Kursledaren har med sig detta till försäljning alla tillfällen. Vi vill göra er uppmärksamma på att vi endast tar kontanter och ber er ta med jämna pengar (badbyxor 150 kr / badmössa 50 kr).

Undervisningsmaterial tillhandahåller Trampoolin och på anläggningarna finns skötbäddar som ni kan lägga de minsta barnen på medan ni byter om.

Säkerheten är viktig! Låt inte barn sitta eller stå på kanten om poolen inte är på samma nivå som golvet. Spring inte på anläggningen. Golvet är halt i alla simhallar/badhus och vi rekommenderar halksockor för alla barn som går själva. De sätts på redan vid ombytet innan lektionen och är på under hela lektionen, ända till duschningen efter lektionen är avslutad.

Fotografering under vattnet erbjuds ibland på våra kurser. Det kommer fristående fotografer som vi samarbetar med till en del av våra kurser och anläggningar. Oftast fokuserar fotograferna på babysimgrupperna steg 2 och 3 men ibland stannar de även på andra kurser. Så snart fotograferna lagt sitt schema informerar vi om detta under "aktuellt" på vår hemsida. Där kan ni läsa om, och i så fall när, fotografen kommer just till er kurs.

Återanmälan till nästkommande kurs sker *inte* per automatik utan ny anmälan måste göras. Vi har alltid kursstarter i januari, april, augusti och oktober. Ibland erbjuder vi också intensivkurser och sommarsimskola med start i maj/juni. Nya kurser blir ofta bokningsbara via hemsidan 2-4 månader innan respektive kursstart.

Om Hälsopoolen (Rosenlunds sjukhus)

Adress: Tideliugatan 12, Södermalm, Stockholm.

Rosenlunds sjukhus ligger mitt på Södermalm. Poolen heter Hälsopoolen och är varm och fräsch.

Här kan en vuxen per barn vara med i bassängen.

Komma hit gör man lätt. Kommunalt är närmaste tunnelbanestation Skanstull (gröna linjen) och Mariatorget (röda linjen). Man kan också ta sig hit med bussarna 3, 4, 43 och 59 samt med pendeltåget, stationen Stockholm Södra. Kör ni bil finns det gott om besöksparkeringar utanför sjukhusets entré.

Entré görs via östra entrén (dvs. på gaveln på huset närmast Tideliugatans slut). Ta hissen och följ skyltar mot Hälsopoolen.

Kod behövs för att komma in i huset. Den finns på din bekräftelse som du fick i samband med anmälan. Koden används på två ställen. Dels vid entrén in till huset och dels för glasdörrarna in till korridoren. **VIKTIGT** att denna dörr inte ställs upp utan är stängd!

Barnvagnar parkeras under tak utanför entrén och där har ni möjlighet att låsa fast vagnen så medtag lås. Vagnar får tyvärr inte tas med in i huset!

Omklädningsrum ligger i korridoren på vänster sida. Det finns separata rum för damer och herrar. Låsbara skåp för värdesaker finns (det får inte plats kläder i de skåpen) – ta med eget hänglås!

Duschar finns dels i omklädningsrummen, dels några inne i simhallen.

Skötbäddar för de minsta barnen finns i respektive omklädningsrum. Observera att dessa inte får tas med in i poolområdet och där inne får inte heller blöjbyte ske.

Badmössa behöver alla vuxna ha på sig i vattnet. Vi vill behålla en bra vattenkvalitet för ditt barn!

Undvik strumpor och skor i såväl omklädningsrummen som i simhallen. Det räcker inte med att man använder skoskydd.

Respektera gruppen som är i vattnet innan din, kliv inte ner i vattnet innan din kurs börjar och var så tyst som möjligt.

Kvarglömda saker läggs i avsedd låda för detta. Denna töms regelbundet.

Vi önskar er många härliga stunder i vattnet framöver. Kontakta oss gärna vid frågor eller funderingar!

