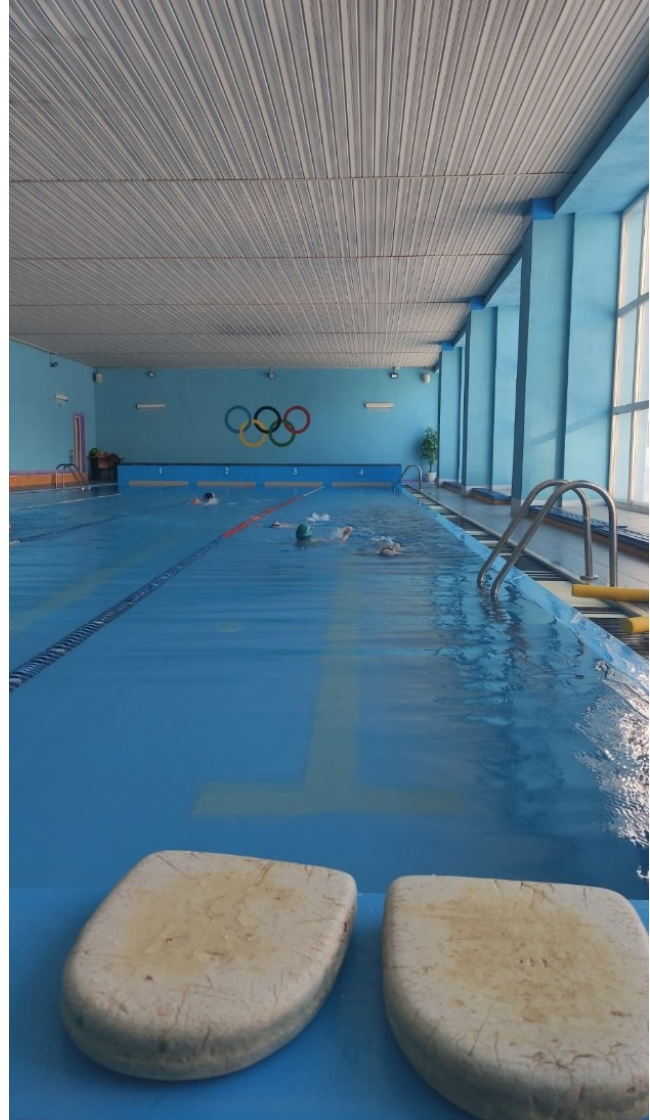


**Как вести себя в бассейне?**



## Содержание

Что нужно взять с собой в бассейн?.....	3
Вы пришли в здание бассейна.....	4
В раздевалке.....	5
В душевой.....	6
В зале с бассейном.....	7
В душевой.....	8
В раздевалке.....	9
Вы вышли из раздевалки.....	10

## Что нужно взять с собой в бассейн?

Возьмите с собой в бассейн:

- купальник или плавки
- шапочку для бассейна
- резиновые тапочки
- мыло
- мочалку
- шампунь
- полотенце
- чистое бельё.



## Вы пришли в здание бассейна

Разденьтесь на входе:

- Снимите обувь для улицы  
и наденьте резиновые тапочки.
- Оставьте в гардеробе верхнюю одежду  
и обувь для улицы.

Затем пройдите в раздевалку.



## В раздевалке

Найдите свободный шкафчик.

Снимите всю одежду  
и сложите её в свободный шкафчик.

Возьмите с собой в душевую:

- мыло и шампунь
- мочалку
- шапочку для бассейна
- купальник или плавки.

Пройдите в душевую.



## В душевой

Откройте холодный и горячий краны душа.

Примите душ с мочалкой и мылом.

Когда Вы закончили принимать душ,  
закройте горячий и холодный краны.

Перед выходом в бассейн  
наденьте купальный костюм  
и шапочку для бассейна.

Пройдите в зал с бассейном.



## **В зале с бассейном**

Чтобы не поскользнуться,  
ходите в зале с бассейном  
в резиновых тапочках.

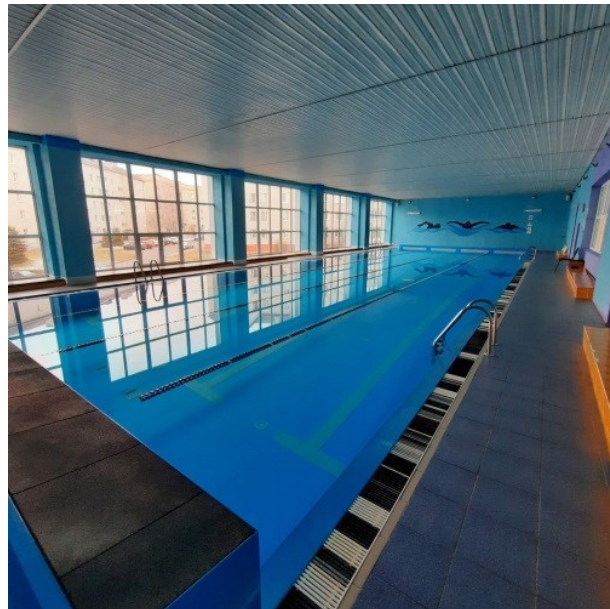
Снимите резиновые тапочки  
возле лестницы в бассейне.

Спуститесь в бассейн по лестнице,  
если разрешил инструктор.

Выходите из бассейна  
после свистка инструктора.

Наденьте тапочки,  
чтобы не поскользнуться.

Проходите в душевую.



## В душевой

Снимите купальный костюм и шапочку для бассейна.

Откройте холодный и горячий краны душа.

Примите душ с мочалкой и мылом.

Когда Вы закончили принимать душ, закройте горячий и холодный краны.

Отожмите купальный костюм.

Проходите в раздевалку.





## В раздевалке

Вытрите своё тело полотенцем.

Наденьте чистое бельё и одежду.

Заберите свои вещи из шкафчика.

Пройдите к гардеробу.



## **Вы вышли из раздевалки**

Возле гардероба есть фен.

Высушите волосы феном.

Возьмите в гардеробе  
свою верхнюю одежду и обувь.

Снимите резиновые тапочки  
и наденьте обувь для улицы.

Наденьте верхнюю одежду.



Брошюра подготовлена Татьяной Киселёвой  
совместно с экспертами-оценщиками:

Светланой Томурко

Яной Шутенко.