



Baderegeln



beim TSF Ditzingen - Abt. Schwimmen



- im ganzen Schwimmbad nicht rennen

- bei langen Haaren ein Haargummi oder eine Bademütze verwenden



- Kein Kaugummi kauen während dem Schwimmen

- vor dem Schwimmen duschen

- Springe nur ins Wasser wenn der Trainer es sagt und wenn es tief genug und frei ist.

- mit dem kalten Schlauch nicht spritzen oder schlagen

- nicht mit Wasser rumspritzen oder andere nass spritzen

- Tauche, schlage oder schubse andere nicht



- In der Umkleide werden keine Klamotten versteckt oder auf den Boden geworfen

- jeder bleibt in seiner Umkleide

- Wenn man zur Toilette muss, oder einem schlecht ist, wird dem Trainer bescheid gegeben

- Rufe nie um Hilfe, wenn du nicht wirklich in Gefahr bist, aber hilf anderen, wenn sie Hilfe

brauchen

