Välkommen till en härlig aktivitet tillsammans med ditt barn!

Adress: Ringdansen Centrum (World Class) - parkering finns det gott om.

Kursdatum

Period 1 **21 augusti - 8 oktober**

Period 2 **16 oktober – 11 december(uppehåll 6 november)**

För att göra er tid hos oss så rolig och bra som möjligt kommer här några tips som ni behöver känna till.

- Kom i god tid för att få en så bra start som möjligt, och för att slippa stress och trängsel i dusch och omklädningsrum
- Besök gärna toaletten innan lektionen
- Kom ihåg hänglås till omklädningsskåpet
- Sätt upp långt hår för att undvika hår i bassängen
- Det är viktigt att du som förälder duschar (utan badkläder) ordentligt innan du går ner i bassängen. Tvätta av allt smink och ta av alla smycken
- Kom ihåg att foto och filmningsförbud gäller förutom vid särskilda tillfällen (efter överenskommelse med instruktör) och då sker detta på ett respektfullt sätt mot alla deltagare. Vi ber er vänligt men bestämt att respektera detta.
- Vänta med att hoppa i vattnet tills att instruktören säger till

Om ditt barn ännu inte är blöjfritt

- Barnet ska ha badblöja eller speciella badkläder anpassade för icke blöjfria barn
- Bebisar behöver inte duscha innan. Däremot rekommenderar vi det alltid efter badet, även för små barn
- Rådgör med instruktören inför dykövningar om barnet behandlas för astma och/eller tar luftvägsvidgande mediciner
- Ge barnet vätska efter badet
- Bada ej om barnet har feber, är förkylt eller allmänt hängigt
- Om barnet är mätt och belåtet orkar det hela lektionen

Om du missar tillfälle pga av sjukdom så har vi inga ”ta igen tillfällen”.

Kom ihåg att hålla dina kontaktuppgifter uppdaterade genom Mina sidor så att viktig information om kursen kan nå dig!

Mvh

NKK Babysim&Minisim