



Čo treba na plávanie



OBLEČENIE A OBUV

PLAVKY, UTERÁK:

- Uterák musí mať dobré savé schopnosti (odporúča sa bavlnený) !!!
- Plavky musia byť odolné voči chlóru. Môžu byť jednodielne alebo dvojdielne !!!

- *Plavky* (dievčenské alebo chlapčenské)



- *Uterák* alebo *Uterák s kapucňou*



ŠĽAPKY, SANDÁLE:

- Musia byť vodeodolné, podrážka nekľže a nefarbí !!!
- Neodporúča sa obuv, ktorú treba nazúvať (topánky do vody) !!!

- *Šľapky, Sandále* alebo *Crocsy*



ŠPORTOVÉ VYBAVENIE

PLAVECKÉ OKULIARE:

- Musia zakrývať len oči !!!
- Potápačské okuliare sú ZAKÁZANÉ !!!

- *Plavecké okuliare*



PLAVECKÁ ČIAPKA:

- Nová plavecká čiapka bude súčasťou zaplateného poplatku, ktorú dostane každé prihlásené dieťa !!!
- Odporúča sa silikónová alebo latexová plavecká čiapka, aby nedochádzalo k navlhnutiu vlasov !!!
- Plavecká čiapka chráni pred účinkami vody a to nielen v chlórovaných bazénoch, ale aj v morskej vode. Drží dlhšie vlasy pohromade, aby nezasahovali do očí pri plávaní.

- *Plavecká čiapka*



PLAVECKÝ BAZÉN

TEPLOTA:

- Teplota vody v bazéne je stanovená podľa vyhlášky ÚVZSR (https://www.uvzsr.sk/docs/leg/308_2012.pdf).
- Teplota vody v bazéne na plavárni Slovaft je v rozmedzí 27 – 28 °C.

!! UPOZORNENIE !!

RUŽINOVSKÝ ŠPORTOVÝ KLUB, p. o. si vyhradzuje právo odmietnuť vstup dieťaťa do bazénu v prípade nevhodného oblečenia alebo nevhodného športového vybavenia !!!