



## JÕHVI VENE PÕHIKOOLI UJULA JA SAUNA KASUTAMISE EESKIRJAD

1. Jõhvi Vene Põhikooli ujula on spordiobjekt, kus viiakse läbi kehalise kasvatuse tunnid, Jõhvi Spordikooli treeningud ning on ette nähtud ajad Jõhvi valla elanike ujumiseks.
2. Ujula on ainult ujumiseks. Ujula töötab kella 8.00 kuni 21.00.
3. Kehalise kasvatuse tunnid viiakse läbi vastavalt kooli tunniplaanile, mis kinnitatakse õppeaasta alguses ja uue kalendriaasta alguses.
4. Ujuma tultes peavad kaasas olema ujumisriided (**ŠORTSIDES ujuda EI lubata!**), pesemisvahendid ja ujumismüts.
5. Pesemine enne basseini minekut on kohustuslik ja peab toimuma **ilma ujumisriieteta**.
6. Peale WC kasutamist pese end uuesti.
7. Pesemine ja sauna kasutamisaeg kuuluvad ujumistunni (60 min.) sisse.
8. Hoia hoolikalt riidekapi võtit. Tagasta see väljumisel. Võtme kaotamisel või rikkumisel tuleb maksta kahjutasu 25 eurot.
9. Kõigil ujujatel, ka väikelastel, on kohustuslikud ujumisriided.
10. Vajadusel on võimalik kasutada ujumiseks mõeldud abivahendeid, mida küsi basseinivalvelt. Kasutades ujula varustust ja tarvikuid, suhtu nendesse heatahtlikult.
11. Basseinis jälgi radade märgistust. Suhtu tähelepanelikult treening- ning rühmatundidesse, ära uju nendel radadel.
12. Radadel ujudes kehtib parempoolne liiklus.
13. Vettehüpped on lubatud ainult stardipukkidelt.
14. Alla 7-aastased lapsed pääsevad ujulasse vaid koos täiskasvanuga, kes vastutab laste käitumise ja turvalisuse eest.

15. Spordikompleks ei vastuta tekkinud tervisekahjustuste eest, kui külastaja eirab ujula või sauna kasutamise eeskirju.
16. Vali ujumiskoht vastavalt oma oskustele ja tervislikule seisundile, säilita kontroll oma tegevuse üle.
17. Saunas kasuta laval oma istumisalust või rätikut.

**16. KEELATUD ON :**

- rajatähiste peal ronimine ja istumine
- basseinis ristipidi ujumine
- vette hüppamine basseini külgedelt
- basseini äärel jooksmine
- vette hüppamine selg ees või saltoga
- närimiskummi närimine basseinis
- saunas vihtlemine
- saunas külma vee ja teiste vedelike viskamine kerisele
- saunas viibimine ujumismütsiga
- juuste värvimine ja toonivate šampoonide kasutamine ning raseerimine