

## **Schwimmregeln:**

- Informiere den Lehrer vor dem Schwimmen bzw. während des Schwimmens sofort, wenn du dich krank oder unwohl fühlst!
- Achte in der kalten Jahreszeit vor und nach dem Schwimmen auf warme Kleidung und eine Kopfbedeckung!
- Betritt den Schwimmbereich niemals vor dem Lehrer oder wenn kein Lehrer da ist!
- Vor und nach dem Toilettenbesuch musst du dich an- und abmelden!
- Rennen ist im Hallenbad verboten!
- Beachte die Leisezeichen (Handzeichen oder Pfeifen)!
- Springen und Tauchen ist nur erlaubt, wenn ein Lehrer Aufsicht führt!
- Kopfsprünge sind nur bei einer Wassertiefe von 1,80 m erlaubt!
- Verlasse zügig den Sprungbereich!

## **Tauchregeln:**

- Tauche nur, wenn du gesund bist!
- Atme vor dem Tauchen nicht schneller aus und ein!
- Tauche nie mit einer Schwimmbrille!