

Baderegeln im Reha-Sport

- Gehe nie mit vollem oder ganz leerem **Magen** ins Wasser.
- **Kühle dich ab**, ehe du ins Wasser gehst.
- Steige erst ins Wasser, wenn deine **Trainingszeit** beginnt.
- **Wechseln der Gruppe** ist nur in Absprache möglich
- Bist du **Nichtschwimmer** bleibe bitte in der Gruppe der „Wassergymnastik“.
- Springen vom Beckenrand ist verboten. Nutze gerne die **Treppe**, die dir beim Training mit dem BSG zur Verfügung steht.
- Nimm Rücksicht auf andere.
- Rufe nicht nach Hilfe, wenn du nicht in Gefahr bist. Hilf anderen, wenn sie in Gefahr sind.
- Halte die Schwimmhalle sauber.
- Solltest du deinen **Rollator** mit ins Bad nehmen müssen, dann reinige vorher die Rollen mit einem Tuch.

Euer Team vom Reha-Sport-Verein
wünscht euch eine erfolgreiche
Trainingszeit.

