

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

« ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΚΟΛΥΜΠΙ » ΤΜΗΜΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ ΔΡΑΜΑΣ

Έναρξη προγράμματος : **19/06/2017**.

Θεωρούμε χρέος να σας επισημάνουμε εκ των προτέρων τα σημεία που θα πρέπει να τηρηθούν για την καλύτερη δυνατή εφαρμογή του προγράμματος εκμάθησης του Δήμου.

1. **Το παιδί πρέπει να έχει μαζί του:**
 - α. Μπουρνούζι ή μεγάλη πετσέτα
 - β. Μαγιώ
 - γ. Σκουφάκι
 - δ. Σαγιονάρες
 - ε. Σαμπουάν
2. **Πρέπει να γνωστοποιηθούν στον προπονητή τυχόν προβλήματα** που αφορούν τα παιδιά σας σε σχέση με την εκμάθηση.
3. **Ενημερώστε και εσείς το παιδί σας** για την υγιεινή, και την φροντίδα των ενδυμάτων του και του εξοπλισμού κολύμβησης.
4. Ο χώρος των αποδυτηρίων είναι χώρος των κολυμβητών και όχι των γονιών. Αφήστε τα παιδιά σας να φροντίσουν μόνο τους τον εαυτό τους και **μη μπαίνετε στα αποδυτήρια.**
5. Μην απασχολείτε τους προπονητές και διακόπτετε το πρόγραμμα της εκμάθησης.
7. **ΠΡΟΣΟΧΗ** στο θέμα του φαγητού, (**Η είσοδος του παιδιού στο νερό πρέπει να γίνεται τουλάχιστον 3 ώρες μετά το τελευταίο γεύμα.**)