



Velkommen til bassinhold Sommer/Efterår 2016



Find os på
Facebook





Vigtig information

Tilmelding:

- Du skal have en henvisning fra egen læge.
- Du skal tilmelde dig ét af nedenfor stående bassinhold på klinikken:
Modul 1 (sommer): uge 32 til og med uge 41 – i alt 10 uger, 1115 kr.
Modul 2 (efterår) : uge 43 til og med uge 51 – i alt 9 uger, 1005 kr.

Betaling:

- Har du en almindelig lægehenviisning, skal du forudbetale for det valgte modul inden holdstart.
- Har du derimod en vederlagsfri diagnose, er det gratis at deltage på bassinhold.
- Du skal aflevere en tilmeldingsblanket som tilsagn om deltagelse på det valgte modul. Denne blanket skal du aflevere til din fysioterapeut.

Afbud:

- Meld afbud, hvis du er forhindret, gerne inden kl. 09.00 på dagen.
- Evt. afbud fratrækkes ikke prisen for det antal lektioner du tilmelder dig.
- Varigheden af træningen i bassin er 45 min.
- Der er *ingen* træning i uge 42.

Husk badetøj, håndklæde, evt. et ekstra håndklæde til at tage om sig til og fra bassin, evt. et par rene sokker, du kan tage på i bassin, da gulvet kan være glat.

Du må ikke gå i vandet før din fysioterapeut er til stede.





Hygiejneregler

Der stilles store krav til hygiejnen i svømmehallen og varmtvandsbassinet.

Dårlig hygiejne kræver at der skal rengøres mere, og der skal tilføres mere klor i badevandet for at nedbryde bakterierne.

Øget forbrug af klor giver ringere badevand, røde øjne og udtørret hud.

- Alle der benytter svømmehallen og varmtvandsbassinet skal derfor i brusebad inden svømmeturen.
- Hele kroppen skal vaskes grundigt inden man tager badetøjet på.
- Vask især håret, hænderne, under armene, skridtet, numsen og fødderne.
- Ønsker man ikke at vaske håret, skal der bades med badehætte.
- Efter ethvert toiletbesøg skal man vaskes igen, før man hopper i vandet.
- Smykker og makeup skal helt af inden svømmeturen.
- Lad være med at spytte i vandet.
- Tyggegummi og plaster er forbudt i svømmehallen.
- Badetøjet skal være rent inden svømmeturen.
- Brug af udendørs fodtøj er forbudt i omklædningsrum og svømmehal.

Overholdes ovenstående regler ikke kan det medføre bortvisning.

Med venlig hilsen

MidtVest Osteopati & Fysioterapi

