

Välkommen till Simklubben Poseidon!

Nedan följer allmän information som vi är tacksamma om ni noggrant läser igenom samt efterföljer. *This document is available in English here: [Click here for english](#)*



Terminsstart HT 2024

V. 34–50 Samtliga grupper på Habogård och Babysim

V. 35–51 Samtliga grupper på Högevallsbadet och Delphinbadet inkl. Simhoppsskolorna

ATT TÄNKA PÅ:

Duscha ordentligt utan badkläder innan lektionen- glöm inte håret! Att tvätta sig noggrant innan bad gör att klormängden i bassängen minskar (på Högevall doseras detta automatiskt beroende på mängden smuts i vattnet).

- **En** medföljande kan följa med sitt barn i omklädningsrummet. Medföljande som känner att de behöver, är välkomna att titta på våra lektioner i **Kombi-, Tävlings-och Undervisningsbassängen samt på Delphinenbadet. Observera att inga medföljande tillåts vara vid träningsbassängen.** Använd kläder i **funktionsmaterial** inne vid bassängerna samt medtag **inte skor eller ytterkläder.**
- Omklädning sker oftast i omklädningsrummen på övre våningen (gäller ej babysim).
- Vänligen vänta med att gå in till bassängen om det är en pågående lektion innan din lektion. När den lektionen är slut är ni välkomna in. Detta ber vi om för att minimera störningar för lektionen innan.
- Det är viktigt att medföljande inte är framme vid bassängkanten. Barnen tappar lätt fokus på ledarna och på övningarna. Det är viktigt att barnen förstår att de ska lyssna på ledaren och inte efter sina föräldrar. Det är heller inte bara ert eget barn som tappar fokus. Andra barn vill gärna titta på vad ni gör.
- Ibland kan lektionen säkert uppfattas som rörig och ni vill säkert bara hjälpa till men det gör det ännu svårare för våra ledare. Det är också en arbetsmiljöfråga för våra unga ledare. Vi ber er därför att inte prata med barnen under lektionen eller hjälpa till med glasögon, badmössa eller säga till att de ska lyssna osv. Vi tackar för er förståelse.
- Vill man som medföljande prata med tränaren behöver man göra det före eller efter träningspasset. Vi välkomnar alltid frågor och synpunkter från er men det får inte ske under lektionstid. Ledarna måste få fokusera på barnen och de hinner inte ta frågor mellan lektionerna. Ibland finns det en "Floater" på kanten. Denna person är där för att just ta upp frågor från er, stötta ledarna och fånga upp eventuella problem. Ni kan också gärna ta kontakt med kansliet, se kontaktuppgifter nedan.
- Man får inte springa i simhallen pga. halkrisk.
- Om det är något särskilt vi bör veta om ditt barn är vi tacksamma om du pratar med tränaren om det och mailar kansliet.
- Vi reserverar oss för ändringar vid eventuella arrangemang i simhallen. Information kommer vid sådana tillfällen skickas ut via mail eller sms. Titta även gärna i kalendariet som ni hittar på hemsidan under fliken Simskola
- Sker det t.ex att fekalier kommer i bassängen som gör att simhallen måste stänga för att rena bassängen kan det hända att vi tvingas ställa in lektionen eller ställa om till att ha lektionen på kanten s.k. landträning. Ni blir då informerade om detta via mail eller SMS.
- Vill ni bada innan eller efter simskolan måste ni lösa entrébiljett i kassan, samma sak gäller för förälder/medföljare om ni vill simma under lektionstid.
- Vid dusch tillsammans med barn, i omklädningsrum för motsatt kön, är barnets maxålder satt till 7 år. Efter det hänvisar badet till flexi-omklädningsrum som finns att tillgå.
- I simhallen råder skärmförbud samt fotoförbud som vi ber er att respektera. Poseidons tränare är tillåtna att använda skärmar som arbetsmaterial för att t.ex. registrera närvaro eller larva vid nödfall.

DIGITAL GENOMGÅNG AV "BRAINSWIM" FÖR FÖRÄLDRAR MED BARN I SIMSKOLAN



Under varje termin bjuder vi in alla föräldrar till ett digitalt möte där vi i detalj förklarar vår metod "BRAINSWIM". Detta för att öka förståelsen för vårt sätt att lära ut i vår simskola. Alla är välkomna att lyssna samt ställa frågor. Ni kan också läsa mer om "Brainswim" här: [Vad är Brainswim](#)

Datum och tid för detta kommer att mailas ut separat.

INFORMATION GÄLLANDE ENTRÉBAND PÅ HÖGEVALLSBADET HT-24:

Alla måste lösa ut nya entréband, detta oavsett om ni har entréband sedan tidigare eller ej. Ni kan alltså **inte** återanvända gamla band. **ALLA** behöver deponera ut ett entréband i receptionen på Högevall (130 kr). Ni återlämnar bandet till receptionen vid terminens slut och får då tillbaka din deposition.

Kom i god tid vid första tillfället så ni hinner visa upp er bokningsbekräftelse samt lösa ut ert entréband i receptionen på Högevall innan lektionen börjar (det kan vara kö). Har Ni ingen bokningsbekräftelse eller faktura så räcker det med att visa upp medlemskortet som finns i Sportadmins Medlemsapp. Entrébandet behövs för att kunna ta er ut och in genom spärren på badet samt till att låsa skåpen i omklädningsrummen. Entrébandet är registrerat med in- och ut passage **30 min före och 30 min efter** lektionstiden. Varje band har **två entréer** registrerade, vilket innebär att du kan släppa in ditt barn genom snurran först och sedan "blippa" en gång till och själv gå igenom. Samma sak gäller vid utgång. Detta måste ske samtidigt, annars kommer inte båda in på badet. Medföljande kan även gå ut och in genom spärren genom att be personalen i kassan att öppna åt er.

INFORMATION GÄLLANDE BASSÄNG PÅ HÖGEVALL

Vi samlas alltid vid bassängkanten. För att se vilken bassäng ni simmar i på Högevallsbadet, titta på er bokningsbekräftelse. Bokstaven som står sist i rubriken visar vilken bassäng. (*U = Undervisningsbassängen, K = Kombibassängen, Tr = Tränings-/50 meters bassängen och Tä = Tävlings-/hoppbassängen*). För att hitta rätt på badet rekommenderar vi att titta på kartan som finns bifogad till denna kallelse. Det finns även skyltar att följa på Högevallsbadet för att lättare hitta till rätt bassäng.

INFORMATION GÄLLANDE MINIPLASK OCH BABYSIM:

Alla barn som ska gå Miniplask och Babysim (som har blöja i vanliga fall) måste ha en speciell babysimbyxa. Badblöja godkänns inte. Dessa finns bl.a att köpa i Poseidons badshop eller på www.badgrejor.se

INFORMATION GÄLLANDE CRAWL 2, 3 & MEDLEY-GRUPPER ANGÅENDE LANDTRÄNING

Du som ska gå i Crawl 2, 3 eller Medley kommer att ha landträning en gång i veckan i anslutning till simträningen. Vänligen kolla noga på schemat som ligger på hemsidan vilken dag och tid som gäller för din grupp. Du ska ha T-shirt och shorts på dig. Efter landträningen duschar du och byter om till badkläder.

INFORMATION GÄLLANDE DELPHINBADET:

Önskar ni simma samtidigt som ert barn måste ni lösa egen entré. Eget lås måste tas med om man önskar låsa skåpen. Vi samlas alltid vid bassängkanten. Säg till i receptionen vilken grupp ni är anmäld i så blir ni insläppta genom entrén.

SPORTADMIN MEDLEMSAPP

Ladda ner **SportAdmin MedlemsApp** (laddas ner från Appstore eller Google Play butik) Det är en användbar app där ni bl.a kommer att kunna se barnets utmärkelser och frånvaroanmäla er mm. Gör så här för att frånvaroanmäla dig eller ditt barn: logga in i Medlemsappen med din e-post och med den engångskod som skickas till din e-post. Leta upp rätt grupp i appen och tryck på knappen *ej tillgänglig* (fyll evt. även i en kommentar).



INFORMATION ANGÅENDE OMBOKNING

Behöver ni boka om en grupp, rekommenderar vi er att via vår bokning, registrera er i OMBOKNINGSGRUPPEN. Då undgår ni att bli debiterade 2 gånger med medföljande extra kostnader. Vi går igenom denna grupp dagligen för att se över möjligheterna att boka om er. Vi tar i den ordning som anmälning kommit in. Alternativ är att ni ringer in på kansliets öppettider.

INFORMATION GÄLLANDE AVBOKNING:

Uppsägning av bokad plats ska ske senast 2 veckor INNAN kursstart, i annat fall debiteras ni oavsett om ni medverkar eller inte. Skulle det uppstå komplikationer så tittar vi givetvis på varje enskilt fall och gör en bedömning. Vi har en sådan stor efterfrågan på våra kurser och det är förargligt om man inte dyker upp trots bokad plats. Vänligen respektera detta.

INFORMATION GÄLLANDE OFÖRUTSATTA HÄNDELSER:

Ni blir alltid informerade via mail eller sms om vi måste ställa om lektion med kort varsel. Oförutsatta händelser kan t ex vara fekalier i bassäng eller att filtreringspump gått sönder. Ta gärna som vana att innan träningen titta igenom er mail för att se om ni fått något besked från oss, observera att ibland hamnar våra mail i skräpposten. Det är av förklarliga skäl svårt att vara ute i god tid med dessa mail men vi sänder ut så fort vi kan.

Vi kommer även under terminens gång ta foto på Poseidons simmare som vi använder på sociala medier och hemsida. Önskar ni inte synas är vi tacksamma om ni meddelar detta till oss.

Ni känner väl till vår badshop på kansliet på Högevallsbadet? Ni kan även handla i webshopen, besök www.badgrejor.se

Kontakta oss nedan:

Tel: 046-128260 Telefontid: mån, tis, tors och fred 09.30-11.30. Onsdagar STÄNGT.

E-post: kansliet@skposeidon.se Hemsida: www.skposeidon.se

Varmt välkomna till höstterminen 2024!