Laste ujumiskursuste meelespea

Allolev informatsioon on **oluline**kõikidele lapsevanematele, kellede laps on registreeritud ujumiskursustele. **Palume see tähelepanelikult läbi lugeda enne treeningutesse tulemist!**

Treeningud toimuvad spordiklubis Reval-Sport, Aia 20. Esimesel treeningul palume kohal olla 20-25 minutit varem, et saaksime lastele kiibid vormistada.

* Treeningusse tuleb jõuda õigel ajal! Klubisse saab laps siseneda 15 minutit enne oma treeningu algust.  
  **NB! HILINEJAID TREENINGUSSE EI LUBATA!**
* Treeningu ajaks palume ära võtta kõik kaunistused (kõrvarõngad, käekellad, jm.).
* Enne treeningtunni algust tuleks ära käia WC-s.
* Enne vette minekut peavad lapsed käima dušši all ja pesema ennast **ILMA UJUMISRIIETETA**!
* 4 – 5 aastase lapse lapsevanem saadab lapse isiklikult veekeskuses oleva kohviku juurde ning tuleb treeningu lõpus samasse kohta lapsele vastu (ca 5 minutit enne treeningu lõppu). Lapsevanemal ei ole lubatud treeningu ajal veekeskuses viibimine kui tal ei ole selleks vastavat pääset.
* Treeningprotsessi juures palume mitte viibida, kuna see häirib läbiviidavat treeningut nii laste kui treeneri seisukohast!

Selleks, et vanemad saaksid vaadata, mida laps oskab, tulevad vastavad kontrolltreeningud/võistlused, mille kohta tuleb eelnevalt infokiri klubi poolt.

Lapsevanem võib viibida lapse treeningu ajal veekeskuses juhul, kui on soetatud laps + lapsevanema pakett ning sellisel juhul tuleb veekeskust külastada ainult ujumisriietes ja tingimusel, et ei sekkuta treeningprotsessi.

* 6+ vanuses lapsed peavad riietusuumis iseseisvalt hakkama saama. Esimesel nädala meie oma inimesed aitavad lapsed riietusruumi sealt dushiruumi ja sealt juba veekeskusesse. Peale trenni võtama lapsed vastu ja juhendame riietusruumi. Näitame lastele kõik vajaliku, mis nad peavad teadma enne trenni ja peale trenni.
* Kui lapsel on mõni terviseprobleem (krooniline haigus, astma, vm), siis tuleb sellest koheselt teavitada treenerit. Juhul kui lapsevanemad varjavad, et lapsel on mingi krooniline haigus või mõni muu eripärasus, millega treeningus treeneril tuleb arvestada, siis läheb vastutus treeningtunni ajal lapse tervise ja ohutuse eest lapsevanema kanda.
* Lapsevanem vastutab ise lapse eest väljaspool trenni toimumise aega.
* Laps on trenniks valmis, kui tal on sobilik ujumisvarustust: müts, prillid, ujumisriided, plätud. Kui lapsel ei ole veel ujumismütsi, siis selle saab osta klubi administraatorite juurest. **NB! Mütsile palume kirjutada veekindla markeriga lapse eesnimi!**
* Juuste kuivatamine – palume, et õpetaksite lapsi kuivatama oma juukseid.
* Kõik lapsed saavad sisenemiseks isikliku kiibi (käepael), mis jääb lapse kätte. Sellega hakkab toimuma sisenemine klubi ruumidesse ning saab sulgeda/avada kapi. Treeningu ajaks paneb laps selle ümber jala või käe. Kui kiip läheb kaduma, tuleb osta uus kiip, mille maksumus on 3€.
* Distsipliin riietusruumis – palun suunake lapsi käituma vaikselt ning eesmärgipäraselt: tulen trenni, käin pesemas, riietun ujumisriietesse, suundun trenni – trennist kohe dušši alla, korralik kuivatus ning riietuma ja koju.
* Enne trenni ei sööda kõhtu täis (ca 1 tund varem), midagi kerget võib süüa (puuvili, jogurt, vm). Kotti võib panna näiteks puuvilja, et laps saab peale trenni kohe midagi süüa.
* Jõuluvaheajal treeninguid ei toimu **(22.12.2025-4.01.2026.a.)!**Sellel perioodil võib tulla lapsevanem koos lapsega ise veekeskusesse – laps saab siseneda nime alusel tasuta, kahele lapsevanemale 30% ühekordsest külastuskaardist. Hea võimalus tulla vaatama, mida laps on omandanud.
* Riiklikel pühadel treeninguid ei toimu! Teistel koolivaheaegadel treeningud toimuvad, kuid muutunud tunniplaani alusel (vastav info paar nädalat enne vaheaega).
* **Lepingu sõlminud isik loetakse maksjaks ja tema andmed edastatakse Eesti Maksu-ja Tolliametile tulumaksusoodustuse saamiseks.**
* **PARKIMINE! Parkimist võimaldame ainult nendele vanematele, kes on teinud laps + lapsevanema paketi või omavad isiklikku klubipaketti!**

**MEELDETULETUSEKS:**

**Võimalus on sõlmida lapsevanema pakett (sept 2025-mai 2026). Seda saab sõlmida kuni 30. septembrini (k.a: 49€/kuu.**

Lapsevanema pakett annab võimaluse külastada jõusaali, rühmatreeninguid (v.a võitluskunstid) ja veekeskust piiramatu ajaga.  
**Nii lapse kui täiskasvanu kaart on personaalne ning seda ei saa jagada teiste isikute või pereliikmetega!**

Organisatoorsete küsimustega võib pöörduda, Helen Partasjuk-Sootla: [helen@revalsport.ee](mailto:helen@revalsport.ee)  või  
Margit Saidla: [margit@revalsport.ee](mailto:margit@revalsport.ee),  poole.