

## **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЧТО НЕОБХОДИМО ИМЕТЬ РЕБЕНКУ ПРИ СЕБЕ НА ЗАНЯТИЯХ**

1. Сменную обувь (кеды или кроссовки) для занятий сухим плаванием (уточнить на первом занятии у своего тренера-преподавателя).
2. Сланцы необходимы для прохождения в раздевалки, душевые и бассейн.
3. Одежду для зала (футболку, шорты или спортивные брюки).
4. Полотенце (можно несколько), мыло (обязательно кусковое в мыльнице!!! не жидкое), мочалку (любую).
5. Необходимо обеспечить ребенка сумками или пакетами в достаточном количестве, т.к. сухие вещи желательно хранить в одной сумке или пакете, а мокрые в другой сумке или пакете. Обязательно нужен пакет с ручками для уличной обуви.
6. Плавательный костюм (для мальчиков плавки, для девочек ОБЯЗАТЕЛЬНО слитный купальник).
7. Плавательная шапочка (можно резиновую, силиконовую или тряпичную).
8. Желательно иметь вторые носки, т.к. дети любят в носках ходить по мокрому полу, и, следовательно, возникает вероятность простуды.
9. Желательно иметь свой фен, т.к. стационарных фенов на всех посетителей не хватает, и, следовательно, для удобства Вашего ребенка можно воспользоваться электрическими розетками для фена.
10. Очки для плавания (желательно самые простые, с силиконовой переносицей).