

# دليل السباحة



## السباحة الصحية

خطوات السباحة الصحية التي أوصت بها دائرة الصحة بنيو ساوث ويلز -

- ❌ لا تسبح إذا كنت قد أصبت بالإسهال في الأسبوعين الماضيين
- ❌ لا تبتلع ماء المسبح
- ✅ استحم واغتسل جيداً بالصابون قبل النزول إلى المسبح
- الأطفال غير المدربين على استخدام المرحاض أكثر احتمالاً لأن ينشروا الجراثيم في المسبح. لتجنب الحوادث وإغلاق المسبح يرجى التأكد مما يلي -
- ✅ الذهاب إلى المرحاض قبل النزول إلى المسبح.
- ✅ ارتداء سراويل السباحة الضيقة المناسبة وكذلك حفاضات السباحة المضادة للماء في جميع الأوقات.
- ✅ تغيير الحفاضات بانتظام. ليس بجانب المسبح ولكن في غرف التغيير.
- ✅ بعد تغيير الحفاض. تخلص من النفايات واغسل يديك جيداً بالماء والصابون.



## راقب

المعنيون بالمسبح ليسوا مجالسي أطفال. أنت مسؤول عن طفلك في جميع الأوقات. فكن على استعداد لأن تبتل. لن يُسمح بدخول الأطفال إلا تحت الإشراف الفعلي لأحد الوالدين أو وصي في السادسة عشرة أو أكبرها. بالنسبة للأطفال دون العاشرة الذين لا يجيدون السباحة - يجب أن توليهم اهتمامك الكامل وابق على مقربة منهم (في متناول اليد) وراقبهم باستمرار. بالنسبة للأطفال المراقبين الذين تتراوح أعمارهم من ١٠ حتى ١٤ عاماً. اطمئن عليهم فعلياً بصورة منتظمة.



## قواعد المسبح

نحن لا نقبل أية مسؤولية عن الممتلكات المفقودة أو المسروقة. الرجاء أن تتعرف على قواعد المركز الخاصة بالمسبح: لا يُسمح بالجري والغوص والقفز في المسبح والدفع والبصق والغمر وألعاب الكرة. اغتسل دائماً قبل النزول إلى المسبح والمغاطس. تفقد عمق المسبح قبل النزول فقد يتغير عمق المسبح خلال اليوم. لا يجب على من لا يجيدون السباحة النزول في أعماق تفوق أطوالهم. ابتعد عن المياه العميقة إلا إذا كنت ستباحاً واثقاً. اتبع قواعد المسبح في جميع الأوقات وأطع تعليمات المعنيين بالمسبح الموجهة إليك.

ملابس سباحة الأطفال وحفاضات  
السباحة المضادة للماء متوفرة في  
متجر سيبدو للسباحة

# سياسة ملابس السباحة

## ملابس السباحة المصدّق عليها

يُسمَح بما يلي من أجل الصحة والسلامة العامة:

• يُسمَح فقط بارتداء ملابس السباحة المعترف بها المصنوعة من النايلون والليكرا في جميع الأوقات في الماء وغرفة البخار ومنطقة التّونة.

• يُسمَح فقط بارتداء الحفاضات المائيّة المضادة للماء بالإضافة لملابس السباحة للأطفال في الماء.

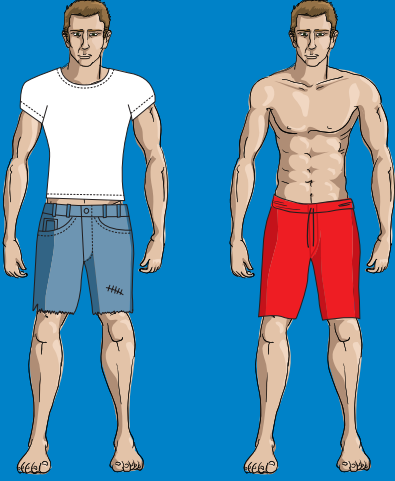
تتوفّر صديريات الحماية من الاحتكاك والشمس مجاناً على سبيل الإعارة في غرفة خدمات المسبح عند تقديم بطاقة هويّة.

## ملابس السباحة غير المقبولة

إذا لم تكن ترتدي ملابس سباحة مناسبة فسيطلب منك الخروج من الماء.

تشمل ملابس السباحة غير الملائمة ما يلي ولا تقتصر عليه:

- الجينز
- القطن
- سراويل الدراجات
- ملابس الرقص والأكروبات
- الملابس التحتيّة النسائيّة
- السراويل التحتيّة
- الملابس الرياضيّة



## شروط الدخول

1. يُمنع التدخين في مركز سيدني أوليمبيك بارك للسباحة بأكمله (بما في ذلك المناطق الخارجية).
2. الرجاء الالتزام بقواعد حوض السباحة في كلّ الأوقات، بما في ذلك الاستحمام قبل الدخول إلى أحواض السباحة والجاكوزي.
3. لن يُسمح لأي زبائن تحت تأثير الكحول أو المخدّرات بدخول المركز.
4. مركز سيدني أوليمبيك بارك للسباحة هو مكان مرخّص لبيع الكحول.
5. سيتعرّض كل من يحاول الدخول بدون دفع الرسم أو بدون تصريح للمقاضاة. ولن يتم إصدار تصاريح خروج.
6. لا يُسمح للزبائن بإحضار أشياء زجاجية أو مشروبات كحولية إلى المركز. وقد يتمّ تفتيش حقائب الزبائن.
7. لا يُسمح باللجوء إلى أية تصرّفات أو التفوّه بكلمات بذيئة أو مسيئة أو مزعجة. وسيتمّ إخراج المخالفين من المركز.
8. يجب أن يُشرف شخص بالغ (16 سنة أو أكبر) على الأطفال دون سن 10 سنوات إشرافاً دقيقاً (بحيث يكون على مسافة ذراع منهم). لا رسم لقاء دخول الأطفال دون 3 سنوات من العمر مع شخص بالغ يدفع رسم الدخول للسباحة.
9. يُمنع منعاً باتاً لبس ملابس مثل ملابس الشارع والملابس الداخلية وسراويل الجينز المقصوفة والقمصان القطنية (تي شيرت) وسراويل الدراجات والليوتارد (ملابس الرقص الضيقة) والملابس غير الرسميّة وملابس الرياضة. ولا يُسمح إلاّ بلبس ملابس مصنّفة للسباحة المصنوعة من الليكرا أو النايلون في الماء وفي غرفة البخار ومنطقة السونا. وللأطفال الصغار، لا يُسمح بالباسهم إذا كانوا في الماء إلاّ الحفاضات المصنّفة بأنها مقاومة للماء.
10. لا يُسمح بالوقوف على المقاعد أو بوضع الأغراض الشخصية عليها.
11. لدى مركز سيدني أوليمبيك بارك للسباحة كلّ ما يُطلب من مأكولات ومشروبات. ولا يُسمح بالأطعمة السريعة التجارية.
12. لا يُسمح بإدخال الحيوانات الأليفة أو غيرها إلى المركز، باستثناء كلاب هداية المكفوفين.
13. يُسمح فقط لموظفي مركز سيدني أوليمبيك بارك للسباحة بتنظيم وإجراء جولات في المركز.
14. يُسمح فقط لموظفي مركز سيدني أوليمبيك بارك للسباحة بتنفيذ دروس تعليم السباحة ودروس سباحة خصوصية وحصص تدريب الفرق.
15. لا يُسمح بإدخال الكاميرات وهواتف الموبايل إلى غرف تغيير الملابس.
16. لا يتحمّل مركز سيدني أوليمبيك بارك للسباحة أية مسؤولية عن الأغراض الشخصية المفقودة أو المسروقة. يُنصح الزبائن بعدم إحضار هواتف موبايل أو كاميرات أو محافظ جيب معهم إلى المركز. توجد خزائن بأقفال للاستخدام في الطابق الأول من كل أنحاء المركز.

تحتفظ الإدارة بحق رفض دخول الأشخاص. كما أن رفض التقيّد بشروط الدخول هذه قد يؤدي إلى إخراج المخالف من المركز.