



MUBA

Ujula kasutamise kord

Tallinna Muusika- ja Balletikoolil on 25-meetrine 3 rajaga ujula (1,05 -1,65 m sügavust, vee temp. +27), leilisaun, riietusruumid.

Selleks, et Sina ja teised külastajad tunneksid ennast mugavalt tuleb kinni pidada järgmistest reeglitest:

- 1. Ujulakompleksi sisenedes võta välisjalanõud jalast ja jäta ujula koridori.**
2. Vali endale sobiv kapp. Võtmed on vabade kappide uste ees, ujulast lahkudes jäta võti kapi ukse ette.
3. Peale lahti riietumist võta kaasa pesemisvahendid ja käterätt. Sulge korralikult kapp ja võta võti endaga kaasa (Kehalise kasvatus tunni raames toimival ujumise ei ole vajalik).
- 4. KOHUSTUSLIK on pesta end enne ujumist ja ka peale leili võtmist hoolikalt ilma ujumisriieteta. Kasuta ujumiseks ettenähtud ujumistrikood või ujumispükse. Spordipükstes, millel on needid, nõöbid, taskud ja lukud ujulasse ei lubata. Lestadega ujumine on keelatud.**
- 5. KOHUSTUSLIK on kasutada ujumismütsi.**
6. Radadel kehtib parempoolne liiklus, rajapiiretel turnimine on keelatud.
7. Kasutades ujula varustust suhtu sellesse heaperemehelikult ning peale kasutamist pane asjad samasse kohta tagasi.
8. Halva enesetunde korral tule veest välja, puhka või palu abi ujula valveinstruktorilt.

Ujula valveinstruktor on selleks, et Sind aidata ja Sulle ujumisalaseid nõuandeid anda.

9. Ennem sauna minekut käi duši all, sest ujumisriietest lenduvad klooriaurud on tervisele kahjulikud, leili viska kuuma veega ja leili nautimisel arvesta teiste leiliruumis viibijatega. Aroomiõlide, mee, kehakoorijate ja muude kehahooldusvahendite kasutamine on keelatud, samuti ka vihtlemine.

MEIE UJULAS

- ei joosta, sest märg põrand on libe
- ei suitsetata, ei tarvitata alkohoolseid jooke, narkootilisi aineid
- keelatud on kõik, mis on klaastaras
- ei ujuta risti üle ujumisradade
- ei hüpata basseini külgedelt vette, see on ohtlik ja segab teisi uujaid
- ei minda ujuma näts või toit suus, see on eluohtlik

HOIA PUHTUST JA KORDA, SIIS ON KÕIKIDEL MÕNUS OLLA!!!