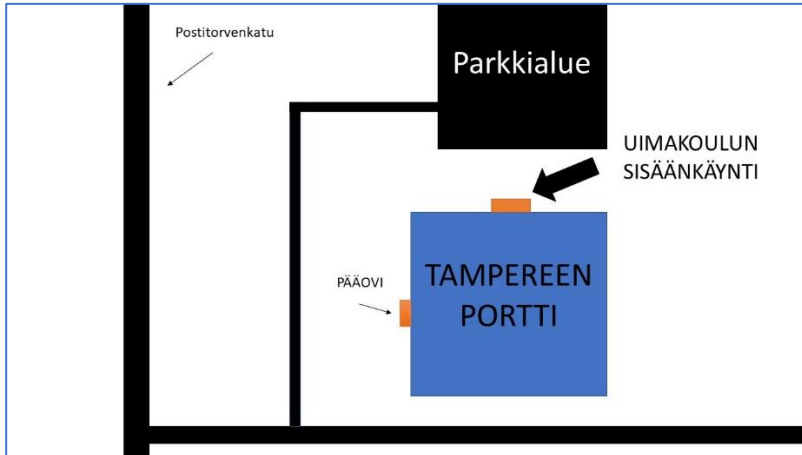


INFOPAKETTI TAMPEREEN PORTIN UIMARIKOULULAISTEN VANHEMMILLE

Käytännön asiat

- Osoite: Postitorvenkatu 16, 33840 Tampere
- Kuva sisäänkäynnistä ja parkkipaikoista:



- Tullaan allastilaan vasta kun oma tunti on alkamassa, jotta ei häiritä edellistä ryhmää
- Vanhemmat auttavat tarvittaessa lapsia puku- ja pesutiloissa, ohjaaja ottaa lapset vastuulleen vasta tunnin alkaessa
- Vanhemmat poistuvat allastilasta ohjauksen ajaksi, ja voivat tulla katsomaan valvottua vapaa-aikaa tunnin loppuun (noin 2-5min)
- Vapaa-aikaa pidetään joka tunnin lopussa, jotta lapset oppivat tekemään myös omaehtoisesti vedessä

Uimarikoulu:

- Uimarikoulu on luontainen jatkumo vesimyyrille ja Easyswim advanced ryhmälle
- Tunneilla viedään uintitekniikoita eteenpäin lapsen yksilöllisyys huomioiden.
- Uimarikouluun tullessa olisi hyvä pystyä uimaan yhtäjaksoisesti 25-50 metriä sekä mahallaan, että selällään. Sukeltaminen pohjaa kohden ja hyppyt altaan reunalta veteen olisi hyvä uskaltaa tehdä.
- Ryhmä harjoittelee lapsille syvässä altaassa, jonka vuoksi edellä mainitut taidot vaaditaan
- Uimarikoulussa harjoitellaan vapaauintin, rintauintin ja selkäuintin tekniikoita. Perhosuinnista opetellaan potku, ns. delfiinipotku.