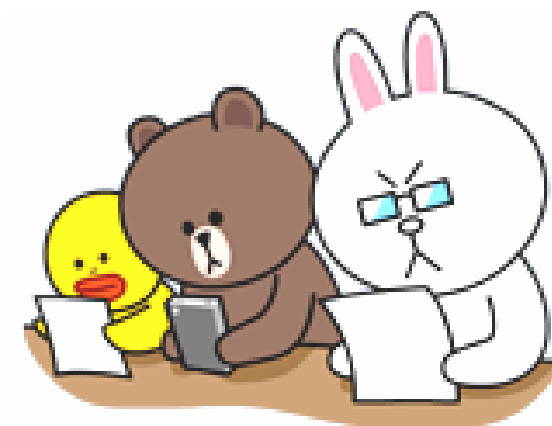


常年游泳訓練營 星期六上課須知與說明

臺北市內湖區麗山國小|學務處體育組

上課前 需要知道的事情

- 謝謝您選擇來麗山國小參與常年游泳訓練營
- 接下來的說明事項請您務必詳細閱讀

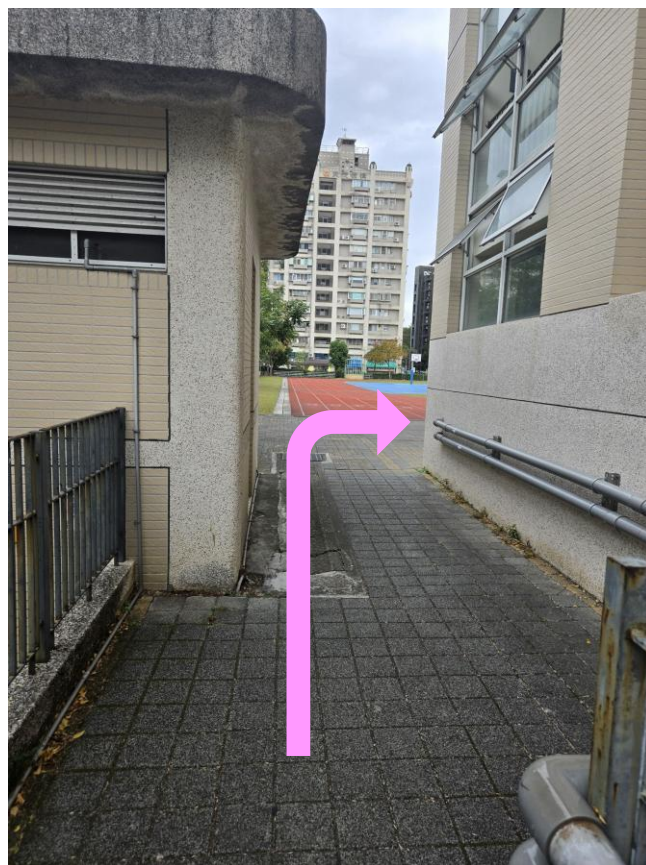


上課地點

- 本校游泳池位於活動中心1樓。
- 星期六上課請由**後門**進出
【內湖路一段411巷入口進出】
- 按箭頭指示前進至上課地點



上課位置引導圖



上課位置引導圖



上課流程

- 請先將**室外鞋子**置放於鞋櫃上，泳池禁止室外鞋子入場。
- 向櫃台老師點名報到，請務必遵守俾便統計人數。
- 報到後請至更衣室著裝。
- 著裝後請務必收好衣物，再將包包**放置更衣室門口地墊上或架子上**。
- 帶好泳帽蛙鏡，下樓經過洗腳池到泳池集合地點準備做操。
- 做操前，會再次確認現場人數再進行熱身操。
- **勿攜帶貴重物品進入游泳池，如有遺失本校概不負責。**



更衣室及廁所使用說明



- 更衣室**禁止使用**沐浴乳、洗髮精，敬請見諒與配合。
- 因本校電力配置問題容易有跳電情形發生，使用吹風機有跳電問題請找教練或救生員協助。
- **使用廁所務必沖水**，維護環境大家請幫忙。
- 若有衛生紙使用需求請找救生員協助。
- 上課中，若有使用廁所需求，請直接跟教練報告後前往，**使用完畢後請全身沖水**，再入池上課。

下課前請留意

- 本校不負責保管個人遺失物，務必再三確認後，再離開。
- 若有隨身物品遺漏留下，請致電游泳池協助。
- 訓練營課間與課後皆有清潔時段，若有遺留物品統一放置遺失招領處。

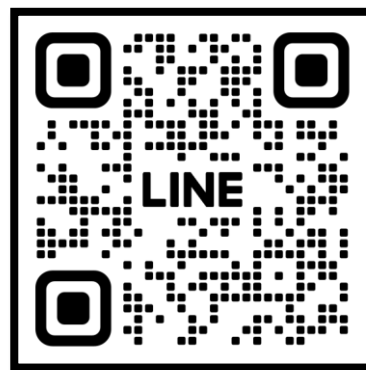


請假方式

- 本課程經報名繳費後，為保障學員保險權益，因個人因素（病假、事假）未到班上課，不辦理退費、補課及課程調整等事宜。
- 若有需要請假務必來電或加入官方Line，俾便登記確認上課人數。

(02)26574158#325 體育組 邱老師

(02)26574158#111 游泳池



非常感謝!



謝謝您耐心的閱讀