

# LYNGBY SVØMMEKLUB

## Praktiske oplysninger for LSK svømmeskolen, sæson 2010-2011

### Svømmehaller

Lyngby Svømmeklub tilbyder kurser i følgende svømmehaller:

#### **Trongårdens Svømmehal**

Trongårdsvej 44 (ved Lyngby Uddannelses Center NORD)  
2800 Lyngby Svømmeklub

#### **Fuglsanggårdsskolens Svømmehal**

Askevænget 10  
2830 Virum

#### **Lyngby Stadion**

Lundtoftevej 53  
2800 Lyngby Svømmeklub

### **Sæsonstart / Slut**

Sæsonstart for Svømmeskolen er onsdag d. 1. september 2010.

Sidste undervisningsdag i Svømmeskolen er tirsdag d. 31. maj 2011.

### **Sæsonplan**

Svømmeskolen har aktiviteter eller holder ferie/lukket på følgende tidspunkter i sæsonen:

#### **OKTOBER**

Søndag den 10 okt: Undervisningen i alle haller er aflyst på grund af Eremitageløbet samt trænerseminar.

- Fra mandag d. 18. til/med søndag d. 25. Efterårsferie (alle haller)

#### **DECEMBER**

• Søndag d. 5.: Svømmeskolens Julestævne afholdes på Trongården med deltagelse af Pingviner, Sæler, Delfiner, Marsvin og Hajer.

- Fra mandag d. 20. til og med søndag d. 2. januar 2010: Juleferie (alle haller)

#### **JANUAR**

- Fra fredag d. 28. til/med søndag d.30 : Lyngby Open stævne.

Undervisning på Trongården og Lyngby Stadion er aflyst i denne weekend.

Undervisning på Fuglsanggårdsskolen er IKKE aflyst i denne weekend.

#### **FEBRUAR**

- Fra mandag d.14. til/med søndag d. 20.: Vinterferie (alle haller)

#### **APRIL**

- Fra mandag d. 18/4. til/med mandag d.25/4.: Påskeferie (alle haller)

# LYNGBY SVØMMEKLUB

## MAJ

- Søndag d. 8.: Svømmeskolens Ministævne afholdes på Trongården med deltagelse af alle hold i Svømmeskolen
- Fredag d. 20/5.: St. Bededag (alle haller)

## Retningslinier for Erstatningssvømning

I løbet af svømmesæsonen kan der forekomme aflysninger af de respektive holds svømmeundervisning. Det påhviler Lyngby svømmeklub at tilbyde erstatningsundervisning ud fra nedenstående retningslinier. Erstatningsundervisning vil som udgangspunkt blive tilbudt efter sæsonafslutning den 31. maj. Erstatningsundervisning vil altid foregå i Trongården svømmehal.

Lyngby svømmeklub tilbyder erstatningsundervisning når:

- Undervisningen bliver aflyst på grund af trænersygdom
- Undervisningen ikke bliver afviklet på grund af manglende trænerfremmøde

Lyngby svømmeklub tilbyder **ikke** erstatningsundervisning når:

- Undervisningen bliver aflyst på grund af kommunens manglende åbning af svømmehallerne.
- Når bassinet må lukkes midlertidigt på grund af pludselig dårlig vandkvalitet .
- Der sker strømsvigt eller andet.

Der gives ikke refusion af kontingent.

Besked om aflysning vil blive sendt primært pr. mail eller via sms til de pågældende. Det er derfor utrolig vigtigt at medlemmerne sikrer sig at meddele kontoret evt. ændringer af mail adresse og mobil telefon. Besked om aflysninger vil – så vidt som muligt - ligeledes blive lagt under ”Nyhederne” på LSK hjemmesiden: [www.lsk.dk](http://www.lsk.dk)

## Regler for badning i hallerne

### Opførsel i svømmehallen/omklædning

#### BADNING

Det er enhvers eget ansvar at respektere følgende regler i hallerne:

- Drengene må benytte pigeafdelingen og piger må benytte drengeafdelingen ifølge en voksen indtil 6 år.
- Afvaskning af hår og krop skal foregå uden badetøj, før adgang til svømmehal.
- Håret skal være skyllet/vådt.
- Efter hvert toiletbesøg skal man vaske sig igen.
- Ingen adgang til hallerne, hvis man har en smitsom sygdom.
- Der skal af hygiejniske årsager sidde på håndklæde i sauna.

# LYNGBY SVØMMEKLUB

Trænerne har ret til at afvise et medlem fra svømning, hvis ovenstående ikke respekteres.

## OPFØRSEL

Lyngby Svømmeklub lægger op til almindelig sund fornuft og accepterer ingen mobning hverken i hallen eller i omklædningsrummene. Hertil gælder følgende faste regler:

- Det er ikke tilladt med voldsom leg.
- Det er ikke tilladt at løbe i svømmehallen.
- Det er ikke tilladt at gå på kanten med svømmefødder.
- Det er ikke tilladt at springe ud på / gå / stå på store svømmeplader, der er nær kanten i bassinet.
- Det er ikke tilladt for voksne at gå ind i omklædningsrum for modsatte køn.
- Det er ikke tilladt at færdes med sko i bruserum og svømmehal.  
Gæster som ønsker adgang skal benytte overtrækssko.

**Forældrene skal sikre sig at deres børn er bekendte og overholder ovenstående regler.**

## **Ind-/Udmeldelse, Kontingent, Holdskift, Forældre i hallen, m.v.**

Der henvises yderligere til dokumentet "Medlemsbetingelser" på hjemmesiden [www.lsk.dk](http://www.lsk.dk) for procedurer omkring ind - og udmeldelse, kontingentopkrævning, oprykning til næste hold, samt holdskift.