

# Tài Liệu về Bơi Lội



## Nội Quy Hồ Bơi

Chúng tôi không chịu trách nhiệm cho bất cứ đồ đạc nào bị thất lạc hoặc bị đánh cắp.

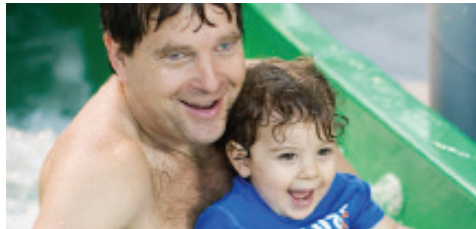
Xin quý vị tìm hiểu để biết các nội quy hồ bơi của Trung Tâm: cấm chạy, lao đầu xuống nước, nhảy thả bom, phun nước miếng, xô đẩy, lao xuống nước và chơi các trò chơi bóng.

Luôn luôn tắm vòi sen trước khi xuống hồ và vào bồn vòi phun (spa).

Kiểm độ sâu của hồ trước khi xuống vì độ sâu của hồ có thể khác nhau trong ngày. Người không biết bơi không được xuống hồ ở độ sâu quá sức mình.

Không lai vãng tới chỗ nước sâu trừ khi quý vị bơi giỏi.

Luôn luôn tuân thủ nội quy hồ bơi và làm theo chỉ thị của người phụ trách hồ bơi.



## Trông Coi

Người phụ trách hồ bơi không phải là người giữ trẻ.

Quý vị luôn luôn phải trông coi con em mình, do đó, chuẩn bị để phải xuống hồ.

Trẻ em sẽ không được cho vào trừ khi có cha/mẹ/người giám hộ từ 16 tuổi trở lên trông coi kỹ càng.




Đối với trẻ em dưới 10 tuổi và không biết bơi, quý vị phải coi chừng tối đa, luôn luôn ở gần bên các em (trong tầm tay) và liên tục để mắt coi chừng các cháu.

Đối với trẻ em đi chung từ 10 – 14 tuổi, quý vị phải thường xuyên đích thân giám thị các em.







## Bơi Lội Lành Mạnh

Các bước để bơi lội lành mạnh do Bộ Y Tế NSW đề nghị –

-  Đừng bơi lội nếu bị đi tiêu chầy trong 2 tuần qua
-  Đừng nuốt nước hồ bơi
-  Nhớ tắm vòi sen và gội rửa kỹ bằng xà-bông trước khi xuống hồ

Trẻ em chưa bỏ tã là thành phần dễ lây lan vi trùng nhất trong hồ bơi. Để tránh trường hợp tiêu/tiểu bất ngờ và đóng cửa hồ bơi, đối với trẻ em quý vị hãy bảo đảm thực hiện những điều sau đây –

-  Đi tiêu/tiểu trước khi xuống hồ.
-  Luôn luôn mặc quần tắm bó sát và tã không thấm nước.
-  Thay tã thường xuyên, không phải ngay gần hồ bơi mà phải vào phòng thay quần áo.
-  Sau khi thay tã xong, bỏ tã dư vào thùng rác và rửa tay kỹ bằng xà-bông.

Vietnamese Translation

**Đồ tắm dành cho trẻ sơ sinh và tã không thấm nước có bán tại Tiệm Đồ Bơi Speedo**

# Chủ Trương về Đồ Tắm

## Đồ Tắm Hợp Lệ

Vì quyền lợi về sức khỏe và an toàn công cộng, những điều sau đây mới hợp lệ:

- Bất cứ lúc nào, phải mặc đồ tắm hàng hoàng bằng lycra và ny-lông khi xuống hồ bơi, vào phòng xông hơi và khu vực tắm hơi.
- Phải mang tã không thấm nước cộng với mặc đồ tắm dành cho trẻ sơ sinh hàng hoàng khi xuống hồ.

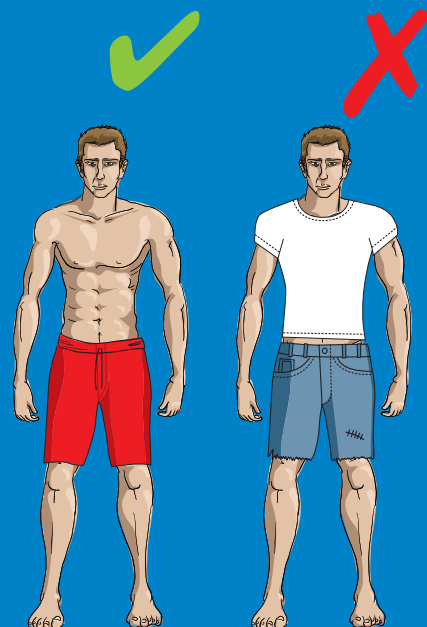
Quý vị có thể mượn áo bó sát (rash vest) miễn phí tại Phòng Trục Hồ Bơi (Pool Duty Room) khi xuất trình giấy tờ chứng minh.

## Đồ Tắm Không Hợp Lệ

Nếu không mặc đồ tắm thích hợp, quý vị sẽ bị mời ra khỏi hồ bơi.

Đồ tắm không thích hợp gồm có và không chỉ giới hạn trong những loại sau đây

- Đồ jean
- Đồ vải
- Quần đi xe đạp
- Leotards (trang phục bó sát người)
- Quần lót phụ nữ
- Quần đùi
- Trang Phục Thể Thao



## Điều Lệ Vào Cửa

1. Toàn thể Trung Tâm Thủy Viên Thế Vận Sydney (kể cả những khu ngoài trời) là khu cấm hút thuốc.
2. Xin tuân theo điều lệ của hồ bơi bất cứ lúc nào, kể cả việc phải tắm trước khi vào hồ bơi hay bồn tắm phun nước.
3. Những người say rượu hay say thuốc không được phép vào Trung Tâm.
4. Trung Tâm Thủy Viên Thế Vận Sydney có giấy phép bán bia rượu.
5. Bất cứ ai tìm cách vào mà không trả tiền hay không được phép sẽ bị truy tố. Không cấp vé ra để vào trở lại.
6. Khách không được mang vật dụng bằng thủy tinh hay bia rượu vào Trung Tâm. Nhân viên có thể xét túi mang đồ của khách.
7. Cấm các hành vi và lời nói chửi bới, gây rối hay khiếm nhã. Những ai vi phạm sẽ bị mời ra khỏi Trung Tâm.
8. Trẻ em dưới 10 tuổi phải có người lớn (16 tuổi trở lên) kiểm soát (trong tầm tay). Trẻ em từ 3 tuổi trở xuống được vào miễn phí nếu đi cùng một người lớn có vé bơi.
9. Tuyệt đối cấm những loại áo quần như đồ mặc ngoài đường, đồ lót, quần jean cắt ống, áo thun, quần đi xe đạp, quần bó, áo quần thường và đồ thể thao. Phải mặc đồ tắm được công nhận và làm bằng lycra và nylon khi xuống hồ bơi, vào phòng xông hơi và khu vực tắm hơi. Trẻ sơ sinh chỉ được mang loại tã chống nước được công nhận khi xuống nước.
10. Không được dựng đứng hay để đồ đạc của mình trên ghế.
11. Trung Tâm Thủy Viên Thế Vận Sydney phục vụ mọi nhu cầu về thức ăn và nước uống. Thức ăn nhanh mua ở bên ngoài không được mang vào Trung Tâm.
12. Cấm mang thú trong nhà hay thú vật vào Trung Tâm ngoại trừ Chó Dẫn Đường.
13. Chỉ có nhân viên của Trung Tâm Thủy Viên Thế Vận Sydney mới được phép dẫn đoàn tham quan Trung Tâm.
14. Chỉ có nhân viên của Trung Tâm Thủy Viên Thế Vận Sydney mới được phép dạy bơi, phụ trách những lớp bơi riêng và khóa huấn luyện đội bơi.
15. Không được mang máy ảnh và điện thoại lưu động có máy ảnh vào phòng thay áo quần.
16. Trung Tâm Thủy Viên Thế Vận Sydney không chịu trách nhiệm về mọi sự mất mát hay trộm cắp. Khách đến bơi không nên mang theo điện thoại, máy ảnh hay ví vào Trung Tâm. Trung Tâm có nhiều tủ có khóa ở khắp lầu một.

**Ban giám đốc có quyền không cho người vào. Nếu không tuân theo những Điều Lệ Vào Cửa trên đây, khách có thể bị mời ra khỏi Trung Tâm.**