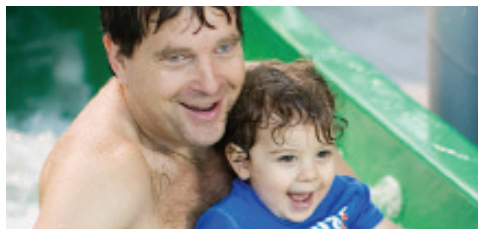


游泳指南



泳池规章

对于个人物品的失窃，本中心概不承担任何责任。

请熟读本中心泳池规章：禁止奔跑、跳水、泼水、吐口水、推搡、压头及球类运动。

进入泳池与温泉前请冲澡。

入水前请检查泳池水深，泳池水深全天可能会发生变化。不善游泳者不得进入超过自身体高的水域。除非对个人游泳技巧很有信心，否则请远离深水区。

随时遵守泳池规章，听从泳池管理员的指示。

保持警惕

泳池管理员不是保姆。

您应负责随时照看好自己的孩子，入水前请做好准备。

儿童若无年满16周岁或以上父母/监护人的积极看管，不得入场。

请充分留意未满10周岁的儿童及不识水性者，保持紧邻距离(伸手可及)，并随时关注。

对于10—14周岁陪同游泳的儿童，请定期为其检查身体。

健康游泳

新州健康部建议的健康游泳步骤 -

- ✗ 近两周出现腹泻者不要游泳
- ✗ 不要咽入泳池池水
- ✓ 进入泳池前请冲澡并用香皂清洗全身

未经如厕训练的儿童最有可能在泳池里散播细菌。为避免发生事故及泳池关闭，请确保做好如下各项 -

- ✓ 进入泳池前请先上厕所。
- ✓ 穿着紧身适宜的游泳裤，并系上防水尿布。
- ✓ 按时更换尿布，请在更衣室里更换，不要在泳池边。
- ✓ 更换尿布后，请扔掉废弃物，并用香皂彻底清洗双手。

可到Speedo游泳商店
购买婴幼儿泳装与防水
尿布

泳装政策

许可泳装

为保护公众健康与安全，请遵守如下各项规定：

- 只能穿着弹性纤维和尼龙制成的许可泳装进入水域、蒸汽房和桑拿区。
- 婴幼儿入水时只能系上认可的防水尿布与专用泳装。

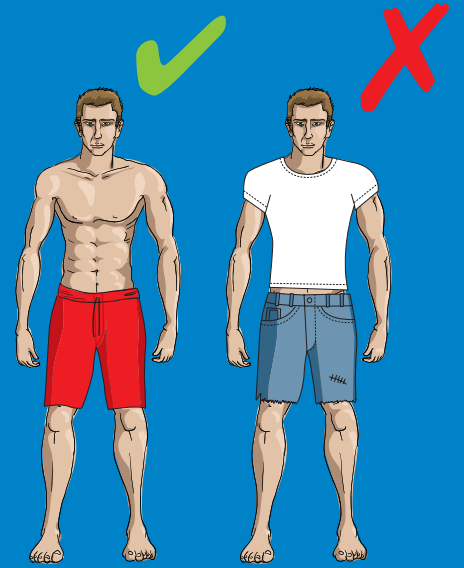
可出示身份证前往泳池值班室免费借用皮疹背心。

违规泳装

若所穿泳装不合适，您将被勒令离开水域。

不当泳装包括但不限于：

- 牛仔服
- 棉质
- 自行车裤
- 紧身运动裤
- 女性内衣
- 拳击短裤
- 运动服



进入场馆的要求

1. 悉尼奥林匹克公园水上运动中心的整个场馆（包括户外区域）都是无烟场所。
2. 请时刻注意遵守泳池规定，包括在进入泳池和水疗池前应淋浴。
3. 任何受到酒精或药物影响的顾客都不得进入水上中心。
4. 悉尼奥林匹克公园水上运动中心是持有执照的场馆。
5. 任何人若未经付费或未获授权而试图进入场馆都将受到指控。无一例外。
6. 顾客不可携带玻璃物品或酒类进入中心。可能会检查顾客的手袋。
7. 不得辱骂或攻击他人，禁止所有扰乱秩序的行为。违者将被要求离开水上中心。
8. 不到 10 岁的儿童须由成人（年满 16 岁）严密监护（保持伸手可及的距离）。成人游泳付费后，所携带的 3 岁及 3 岁以下儿童可免费游泳。
9. 严禁身着街头服、内衣、毛边牛仔裤，T 恤，自行车裤，连身衣，休闲服和运动服。必须身着莱卡和尼龙质地的得到认可的泳衣进入水中、蒸汽室和桑拿区域。幼儿在水中必须穿着经认可的防水纸尿裤。
10. 不允许站在座位上或是把随身物品放在座位上。
11. 悉尼奥林匹克公园水上运动中心供应各种食品及饮品。不允许食用商业快餐。
12. 不允许带宠物或动物进入水上中心，导盲犬除外。
13. 参观悉尼奥林匹克公园水上运动中心只能在本中心员工带领下进行。
14. 悉尼奥林匹克公园水上运动中心仅允许本中心员工开设游泳教学、私人游泳课和团体训练课。
15. 不允许在更衣室使用照相机和手机照相功能。
16. 悉尼奥林匹克公园水上运动中心不为个人物品丢失或失窃负责。建议顾客勿将手机、照相机或钱包带到水上中心。场馆一层有可供使用的寄物柜。

管理方保留拒绝人员进入的权利。拒绝遵循以上进入场馆的要求可能导致被要求离开水上中心。

欲知详情，请致电 02 9714 7500 或浏览 www.aquaticcentre.com.au