



1. INGERIR ALIMENTOS 2 HORAS PREVIAS A LA CLASE.
2. ASISTIR PUNTUALMENTE.
3. CUMPLIR CON SU MATERIAL DE TRABAJO (GOGLES, GORRO, TRAJE DE BAÑO Y SANDALIAS).
4. ENTRAR A LA ALBERCA CUANDO LAS MAESTRAS LO INDIQUEN.
5. DUCHARSE ANTES DE ENTRAR AL AGUA.
6. MANTENER UNA CONDUCTA Y LENGUAJE APROPIADO.
7. PROHIBIDO CORRER EN CUALQUIER ZONA DE LAS INSTALACIONES DE LA ALBERCA, A MENOS QUE SE TRATE DE EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO U OTRA ACTIVIDAD.
8. NO JUGAR BRUSCAMENTE: EMPUJARSE, JALONEARSE, CORRETEARSE, LUCHAR, CABALLAZOS, ENTRE OTROS, TANTO DENTRO COMO FUERA DEL AGUA.
9. NO "JUGAR" A PEDIR AUXILIO O A AHOGARSE.
10. SOLICITAR PERMISO O AVISAR PARA IR AL SANITARIO.

QUE EL NIÑO SEPA NADAR NO EXCLUYE LA VIGILANCIA RESPONSABLE DEL ADULTO.

ATENTAMENTE

L.E.D. GPE. DALETTE PÉREZ VELÁZQUEZ

L.E.F. SILVIANA CONTRERAS LÓPEZ

PROFESORAS DE NATACIÓN