



Reglas de la Instalación del Centro Acuático de Verona

- No entrar a la piscina si tiene una enfermedad transmisible o una herida abierta.
- No nade si está enfermo con diarrea o ha tenido diarrea en las últimas dos semanas.
- No traer comida, bebida, goma de mascar o tabaco a la piscina.
- Ducharse es requerido antes de entrar a la piscina y luego de usar las instalaciones sanitarias.
- No correr o incitar juegos rudos en el área de la piscina.
- Niños menores de 8 años de edad deben estar acompañados por una persona responsable de al menos 15 años o mayor.
- Nadadores menores de 14 años de edad deben pasar una prueba de nado en la piscina antes de entrar al área profunda.
- Solo se permiten nadadores experimentados en las zonas profundas de las piscinas.
- No se permite contener la respiración por largos periodos de tiempo, no se permiten juegos de contener la respiración.
- No traer animales al área de la piscina.
- No tragar agua de la piscina y no escupir.
- Solo se permiten dispositivos de flote aprobados por la Guardia Costera.
- Cambiar pañales en el área de la piscina está prohibido.

- Objetos de vidrio o que se pueden quebrar están prohibidos en el área de la piscina.
- Individuos que no controlan esfínteres deben usar pañales para nadar en la piscina.
- Se debe usar vestimenta apropiada para nadar cuando se esté en la piscina.
- No se permiten teléfonos celulares en los baños o cuartos de vestuarios.
- Visitantes con el cabello largo, deben tenerlo amarrado o deben usar un gorro para nadar.
- Está prohibida cualquier cosa que amenace la seguridad de los nadadores, otros visitantes y/o las instalaciones.
- Fallar en adherirse a estas reglas de seguridad o seguir las instrucciones del personal del Centro Acuático resultará en la pérdida de privilegios del uso de la piscina y demás instalaciones.

Reglas de Nado Abierto en el Centro Acuático de Verona

No camine en el área de la piscina con aletas (flippers).

No lance torpedos por encima del agua.

No colgarse en las líneas o cuerdas que dividen la piscina.

Tablas de nado o cualquier otro dispositivo flotante, debe permanecer encima del agua.

Reglas de Seguridad para el Clavado en el Centro Acuático de Verona

La prueba de nado que se aplica a niños menores de 12 años con el fin de usar la piscina de clavado es la siguiente:

Nadar 25 yardas sin detenerse con la cabeza en el agua usando respiración rítmica. Empezando en el lado de 7 pies y terminando en el lado

de 3 pies de la línea. Se dará máximo dos oportunidades de hacer la prueba el mismo día.

En áreas de menos de 5 pies, no se debe entrar con la cabeza primero.

No correr en la Tabla de Clavado o Trampolín.

Se permite únicamente un salto antes de lanzarse (excepto cuando hay práctica del equipo de clavados)

No lanzarse desde el lateral de la tabla de clavado o trampolín.

Una persona en la tabla de clavado a la vez.

No colgarse de ningún lado de la tabla de clavado o trampolín.

No debe haber nadie en la piscina cuando alguien está por lanzarse de la tabla de clavado o trampolín.

Reglas de Seguridad del Baloncesto en el agua

No colgarse del aro de baloncesto.

No lanzar la pelota desde afuera de la piscina.

Reglas de Seguridad para el uso de monoaletas y colas de sirena

Las monoaletas pueden usarse durante las horas de nado de vuelta (lap swim) y nado abierto.

Niños menores de 15 años deben haber completado el nivel 6 de lecciones de nado con el fin de poder usar monoaletas o colas de sirena durante nado abierto.

Cualquiera que sea mayor de 15 años debe pasar una prueba de nado antes de poder usar monoaletas/colas de sirena en las instalaciones.

(Prueba de Nado - Nado libre 50 metros sin detenerse con la cabeza en el agua y con respiración rítmica. Ser capaz de cambiar fácilmente de nado libre a nado de espalda sin tocar el fondo de la piscina).

