



PESEYTYMISOHJEET / Riihimäen Uimaseura

1. KÄYNN WC:SSÄ ENNEN PESEYTYMISTÄ

-> ettei minulle tule hätä heti altaaseen päästyäni

2. PESEYDYN AINA ILMAN UIMA-ASUA

-> ettei lika keräänny uikkareihin ja päädy altaaseen

3. PESEN ITSENI JA KÄYTÄN TARVITTAESSA SAIPPUAA

-> koska pelkkä suihkussa piipahtaminen ei puhdistaa

4. HUUHTELEN MYÖS HIUKSET SEKÄ PESEN MEIKIT

-> etten vie irtahiuksia ja likaa altaaseen

5. PITKÄT HIUKSET PIDÄN AINA KIINNI TAI KÄYTÄN UIMALAKKIA

6. KÄYTÄN SAUNASSA LAUDELIINAA JA MENEN SINNE ILMAN UIMA-ASUA

-> näin saunakin pysyy puhtaana

SUIHKUUN - UIMAAN - SUIHKUUN - SAUNAN - SUIHKUUN - PUKEMAAN!

Muistathan, että Riihimäen Uimaseuran jäsenenä olet esimerkkinä muille uimahallin käyttäjille ja edustat toiminnallasi koko seuraa.