



December 2022

Kære forældre og svømmere i MK 31

Godt nytår!

Håber at alle har haft en velfortjent juleferie og er parat til at starte i uge 1 til svømning.

Sæsonen går i gang om få dage

Inden I ankommer til undervisningen første gang må I gerne se på jeres tilmelding hvad jeres barns træner hedder – dette vil gøre det lettere for jer at finde det rigtige hold. Det er altid lidt forvirrende den første gang – da mange ikke kender deres hold/trænere. Telefoner må ikke anvendes i svømmehallen til at finde træners navn.

I skal henvende jer til de pågældende trænere når I ankommer til svømmehallen. Barnet må ikke gå i vandet før træneren har gennemgået regler og sagt "OK".

Alle elektroniske devices, såsom mobiltelefoner, iPad m.v. er absolut forbudt i svømmehallen, omklædning og eller i badeområdet, samt på eventuelle udendørs arealer – igen er det for at beskytte jeres barn – børnene har ikke meget tøj på.

I forhallen i hver svømmehal er det muligt at anvende sin mobil/pc.

Inden barnet går ind i svømmehallen

Alle børn skal have vasket sig med sæbe i bruserummet inden de kommer ud i svømmehallen. Dette gælder også håret. Der er et fint skilt med et menneske med cirkler omkring steder på kroppen, man skal huske at vaske sig med sæbe. Efter afsæbning skal barnet tage sit badetøj på – OG det må IKKE have ligget på gulvet og fået sæbe – hvad nytter det, at dit barn er ren – men badetøjet er fyldt med bakterier???

Se gerne denne video sammen med dit barn: [En Ren Fornøjelse - YouTube](#)

Reglerne er fastsat af Københavns Kommune, som står for driften af svømmehallerne.

- Du skal altid vaske dig grundigt og uden badetøj inden du kommer ind i svømmehallen.
- Du må ikke gå i vandet før du er blevet afkrydset hos træneren og har fået OK.
- Børn der er fyldt 7 år, må ikke benytte omklædningsrummet for det modsatte køn.

Desuden har vi følgende anbefalinger til en god svømmeoplevelse:

- Vær omklædt og klar til undervisningen i god tid så du ikke går glip af svømmetid og vigtige informationer.
- Medbring et par svømmebriller og ikke en svømmemaske. En svømmemaske dækker for næsen og gør det umuligt at lære at beherske en optimal vejtrækning i vand.
- Dertil er det en god ide at benytte egnet svømmetøj til svømmeundervisningen. Bikini og løse shorts er ikke egnet – det skal helst være badedragt og tætsiddende badebukser.
- Til langhårede anbefaler vi opsat hår eller en badehætte

Efter de 2 første undervisningsgange

De 2 første undervisningsgange må forældre/bedsteforældre være i svømmehallen, mens barnet undervises – men herefter beder vi jer om, at respektere at det kun er den sidste gang i måneden forældre/bedsteforældre er velkomne til at blive i hallen. Dette betyder, at forældre/bedsteforældre forlader hallen, når barnet er "afleveret" til trænerne de andre gange.

Vi vil gøre meget for at lære jeres barn at svømme – men fokus fra barnet bør være på trænerne og ikke mor/far/bedsteforældre. Dette skaber den bedste undervisnings situation. Jeres børn kan meget mere end I tror kære forældre 😊 Den sidste gang i hver måned er I velkommen til at overvære undervisningen.

Vinterferien (uge 7)

I vinterferien har foreninger ikke vandtid i de københavnske svømmehaller, derfor er alt holdundervisning aflyst. Men vi har truffet aftale med Københavns Kommune, at vi har vandtid mandag, Onsdag og fredag mellem kl. 16,30 – 18,30 i Sundby Badet.

Det er et arrangement hvor alle svømmere i MK31 er velkomne, også selvom man normalt svømmer i Frankrigsgade eller i Vesterbro Svømmehal.

I det store bassin vil der være mulighed for at tage mærke. Her kan barnet prøve at svømme så langt barnet kan – uden pauser og uden at stå på bunden. Der vil kunne tages et mærke pr. barn om dagen.

Der vil ligeledes være mulighed for at lege og være sammen med andre børn fra andre hold.

Der vil være trænere tilstede som har opsyn med børnene på kant og i vandet, og igangsætte lege.

Vi håber det bliver nogle hyggelige dage for alle.

Generalforsamling den 26. april 2023

Generalforsamlingen er klubbens øverste myndighed, og du har mulighed for at høre om klubben og møde bestyrelsen.

Svømmeklubben MK31 er en folkeoplysende forening, der kræver medlemskab.

Ifølge vedtægterne er det alle aktive og passive medlemmer, der er fyldt 12 år, der kan møde op og er stemmeberettigede på generalforsamlingen.

I kan ikke møde op, repræsentere og stemme på jeres børns vegne, men på MK31.dk kan I selv oprette en profil og melde jer ind som passiv medlem.

Vi har sat prisen meget lavt, så alle kan være med til at bakke op om vores børns interesser.

Klubmesterskab og fest den 27. maj 2023

Sæt X i kalenderen allerede nu 😊

Alt holdundervisning i Frankrigsgade Svømmehal, Sundby Badet og Vesterbro Svømmehal er aflyst denne dag. Dette er et "stævne" i Sundby Badet. Her vil børnene skulle dyste i forskellige discipliner – tilpasset deres niveau – alt sammen noget de har øvet sig på til træning.

Efter klubmesterskabet holder vi en klubfest på plænen ved Sundby Badet. Det er, selvfølgelig, en fest for **alle** medlemmer. Svømmeskole og konkurrenceafdelingen. Det er en fest ikke kun for vores svømmere, men også en fest for forældre. Det vil glæde os rigtig meget at se jer den 27. maj 2023

Sidste undervisnings dag er den 19. juni 2023

På www.mk31.dk kan man finde informationer og under "kalender" se datoer for events og afslutning.

Kontakt til klubben

Hvis man ønsker at få fat i nogen fra vores bestyrelse eller svømmeskolelederen, bedes man skrive til følgende mailadresse: mk31@mk31.dk eller svømmeskoleleder@mk31.dk Vi svarer ikke på spørgsmål telefonisk.

Af hensyn til sikkerheden i svømmehallen vil trænerne gerne orienteres om eventuelle diagnoser. Det kunne f.eks. være astma, sukkersyge, epilepsi, ADHD eller lignende.

Vi ønsker alle et Godt Nytår, og glæder os til at se jer i det nye år.

Svømmeklubben MK31