



Kausitiedote

Vauvauinti ja vesipeuhu

Olemme Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliiton hyväksymä turvallinen vauvauintipaikka. Kaikki ohjaajamme ovat ammattitaitoista ja koulutettua vauvauintiohjaajia. Uinteja järjestetään perjantaisin, lauantaisin ja sunnuntaisin Järvenpään uimahallin monitoimialtaalla. Perjantaisin klo 17.00 alkaen, lauantaina ja sunnuntaina klo 9.30 alkaen on 30minuutin välein kolme vauvauintiryhmää ja yksi vesipeuhuryhmä.

Osallistumismaksu 11,10€/ 1krt (1 lapsi + 2 aikuista) tai 13,80€/ 1krt (2 lasta + 2 aikuista) + vanhempien sisäänpääsymaksu uimahalliin. Kurssista laskutetaan pidetyn paikan mukaisesti ja lasku tulee postissa kotiin kauden loputtua. Syyskauden pituus on 14krt ja kevätkauden pituus 13krt. Jos esimerkiksi pidät paikkaa 14krt, hinta yhden lapsen kanssa on 155,40€ tai kahden lapsen kanssa 193,20€. Ryhmän osallistumismaksu sisältää max. kaksi aikuista. Yhden lapsen kanssa pärjää myös yksin. **Syyskauden vauvauintipaikka jatkuu automaattisesti kevätkaudelle kaikilla perheillä, joiden vauva on kevätkauden alkaessa alle 1-vuotias. Vesipeuhun uintipaikka jatkuu automaattisesti kaikilla alle 5-vuotiailla.**

Yksittäisiä poissaoloja ei vähennetä laskusta, eikä niistä tule hyvitystä. Poissaoloja ei voi korvata myöhemmin tai muissa ryhmissä eikä ryhmän kellonaikaa voi siirtää. Laskutuskausi jatkuu niin kauan, kunnes kyseinen uintipaikka perutaan sähköpostiosoitteeseen vauvauinti.liikuntapalvelut@jarvenpaa.fi (ei ohjaajalle, tekstiviestitse eikä kassalle). Peruutukset tulee tehdä edelliseen keskiviikkoon klo 18:00 mennessä. Peruutuksesta tulee aina vahvistusviesti. Kevätkausi 2024 päättyy automaattisesti ryhmien osalta pe-su 19.-21.4.2024, jos paikkaa ei ole peruttu ennen sitä. Huom. jonopaikat ovat kausikohtaisia.

Syysloma viikolla 42, Hiihtoloma viikolla 8 ja pääsiäisenä 29.-31.3.2024 tällöin ei uinteja. Muut uintikerrat pidetään, ellei toisin ilmoiteta. Syyskauden kesto 14krt ja kevätkauden kesto 13krt. Syyskauden viimeinen uintikerta pidetään pe 8.12.2023, la 9.12.2023 ja su 10.12.2023. Kevätkausi alkaa vko 2. Kevätkauden viimeinen uintikerta pe 19.4.2024, la 20.4.2024 ja su 21.4.2024

Omalla kameralla kuvaamisen säännöt uintitunnin aikana:

- Kamerasta vastaa kameran omistaja
- Alku- ja loppuleikkien aikana ei saa kuvata
- Kuvaaminen ei saa häiritä muita ryhmäläisiä tai ohjaajan työskentelyä
- Kuvissa ei saa näkyä muita ryhmässä olevia perheitä
- Kuvat tulee ottaa seinää vasten
- Kuvia tulee ottaa vain tarvittava määrä alkuleikin jälkeen



Vauvauinnin tärkeät infotiedot

Sairaana/flunssaisena ei saa tulla altaaseen pöpöjen leviämisen vuoksi.

Uintivaippaa ja tiivistä uimapukua (tai uikkarivaippa yhdistelmää) edellytetään kakkavahingon välttämiseksi. Jos vahinko sattuu, perutaan kyseisen päivän loput uinnit mahdollisimman pian tekstiviestillä. Kyseisen päivän peruutukset huomioidaan laskutuksessa.

Vanhempien ja lasten huolellinen peseytyminen ennen uintia on erittäin tärkeää. Hiukset tulee kastella tai käyttää uimalakkia. Pidetään allasvesi puhtaana lapsia varten.

Tulkaa pukutilaan hyvissä ajoin ennen ryhmän alkamista. Sekä miesten että naisten puolella löytyy hoitopöytiä. Käytäthän aina omaa pyyhettä lapsen ja uimahallin pintojen välissä. Uimahallilla ei ole vauvoille vateja. Jos koet että tarvitset, otathan oman vadin tai turvaistuimen (vuorattu muovilla) mukaan, jossa vauvan on turvallista olla, kun liikutaan paikasta toiseen. Vauvalla on hyvä olla mukana myös iso lämmin pyyhe, johon hänet voidaan kietoa altaalle mennessä ja pois lähtiessä (kylmyyden välttämiseksi).

Ryhmäläisille on tarjolla myös ”miedot löylyt” sauna kummallakin puolella (sauna on merkattu lapulla). Sauna ei ole pakollinen, ja jos sitä käyttää, niin ainoastaan uintien jälkeen ja alimmalla lauteella, eikä ajan tulisi olla pitkä. Lämmin suihku riittää.

Vauva totuttelee ensimmäisillä kerroilla uimahalliin, sen kaikuviiin ääniin, veden kohinaan ja muiden ryhmäläisten läsnäoloon. Voi olla, että ensimmäisellä kerralla 20min on riittävä aika altaalla. Jos vauva ei ole vielä 3kk ohjauksien alkaessa, voi perhe tulla altaan reunalle vauvan kanssa ohjauksen ajaksi ja totutella uimahalliin ja sen ääniin, kohinaan, yhteisleikkeihin yms. Altaaseen voi tulla vauvan kanssa vasta kun vauva on täyttänyt 3kk ja painaa vähintään 5kg. Jos perheestä osallistuu vanhempi sisarus, hän on tervetullut uinteihin, vaikka vauva ei vielä uimaan pääsisi. Vauvauintia saa jatkaa yksivuotiaaksi saakka. Jos lapsi täyttää 1v kesken kauden (syys- tai kevätkausi), saa perhe jatkaa kuluvan kauden loppuun.

Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto ei suosittele uimahallissa käyntiä alle 1-vuotiaan kanssa, pois lukien ohjattu vauvauintituokio.

Ensimmäiset kannutukset/sukellutukset tehdään vasta, kun ohjaaja kokee, että vauva on siihen valmis ja ensimmäinen kannutus/sukellus tehdään aina ohjaajan läsnä ollessa. Sukelluksien maksimimäärä on, yksi sukellus per ikäkuukausi (+tauot). Kannutuksia/sukelluksia ei saa tehdä räkäisenä tai jos vauvalla on hikka, huono päivä tai kylmä.

Viikonloppuisin tavoitat vauvauintiohjaajat tästä numerosta 0403152023 (tekstiviesti on paras vaihtoehto koskien poissaoloilmoituksia). Sähköposti poissaoloilmoituksille/peruutuksille vauvauinti.liikuntapalvelut@jarvenpaa.fi

Samassa ryhmässä on eri ikäisiä vauvoja ja kaikkia ohjataan yksilöllisesti kehityksen mukaan. Vauvan tarpeiden mukaisesti edetään ja tehdään (mikään kiire ei ole). Käytössänne on lämmin allas, paljon erilaisia välineitä ja yksi ohjaaja, joka kiertää perheiden luona kertomassa vinkkejä, mitä voi tehdä veden parissa. Ohjaaja ohjaa vanhempia, jotka ohjaavat omaa lastaan. 30min sisältyy myös ohjattu alku- ja loppuleikki. Kysy aina ohjaajalta kaikki mieltäsi askarruttavat asiat. Mukavia uintihetkiä kaikille :)

