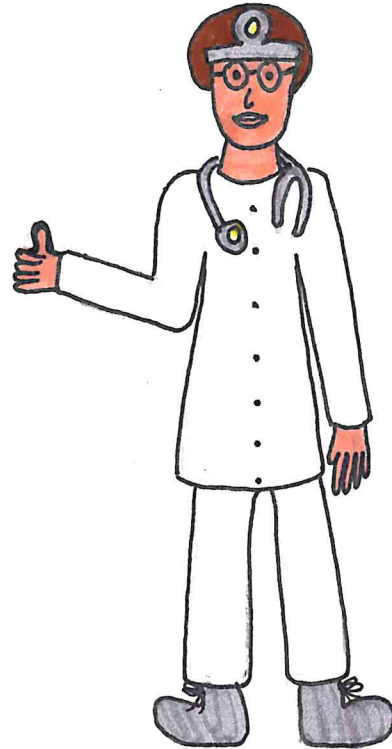


Ralf der
Rettungsreifen
erklärt
die
Baderegeln

1. Gesundheit

Wenn du schwimmen gehst, musst du gesund sein.



2. Hinweisschilder beachten

Auf den Hinweisschildern kannst du lesen, was im Schwimmbad erlaubt und was verboten ist. Daran musst du dich halten!

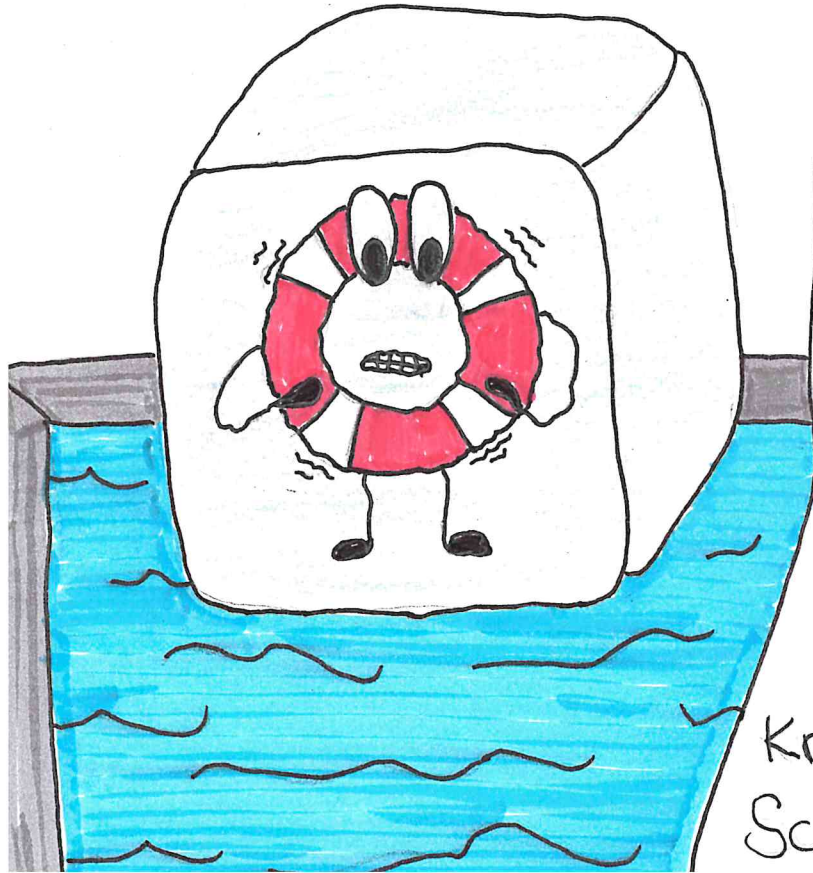


③ Duschen, Abrühien

Geh erst dann
ins Wasser, wenn
du dich geduscht
und abgekühlt
hast!



4. Kältegefühl



Bleib nicht im Wasser, wenn dir kalt ist, du kannst sonst Krämpfe bekommen!



Krämpfe sind für den Schwimmer gefährlich!

5.

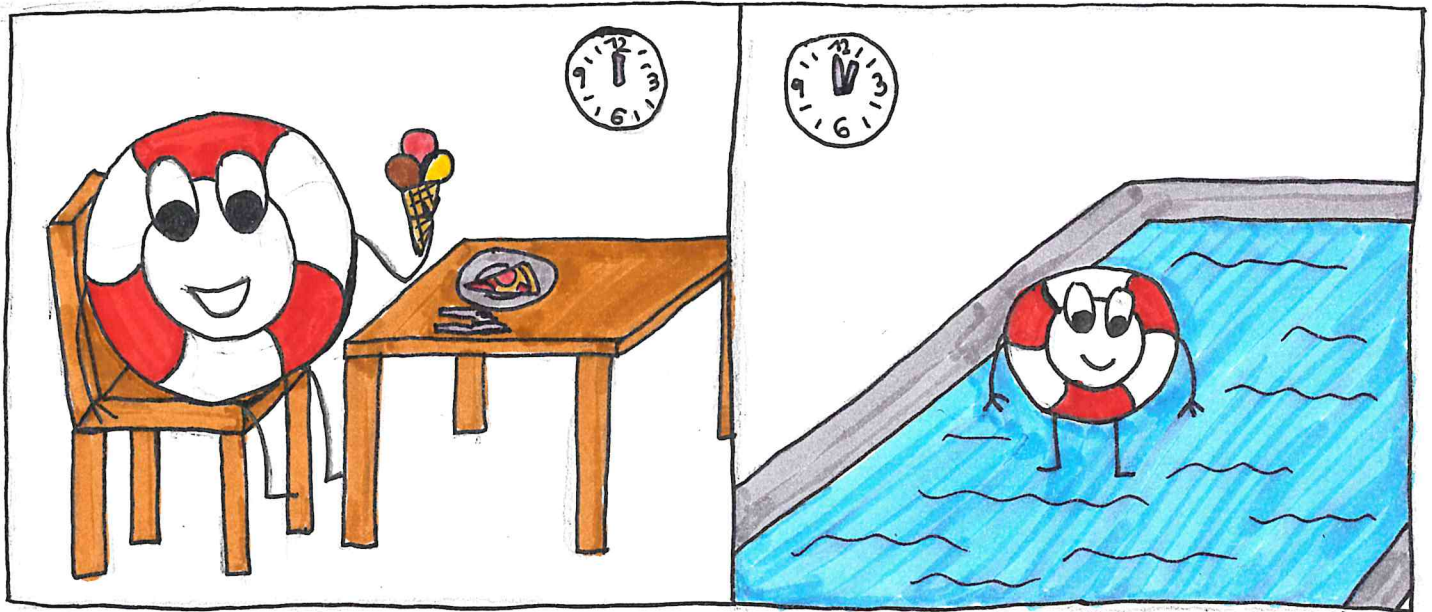
Ohrenerkrankungen

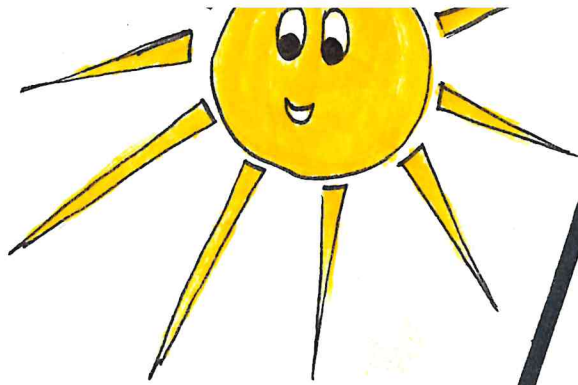
Wenn du Ohrenschmerzen oder eine Ohrenverletzung hast, darfst du nicht schwimmen, springen oder tauchen!



6. Essen

Wenn du viel gegessen hast, warte eine Stunde, bevor du wieder ins Wasser gehst

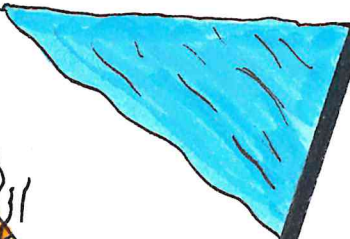


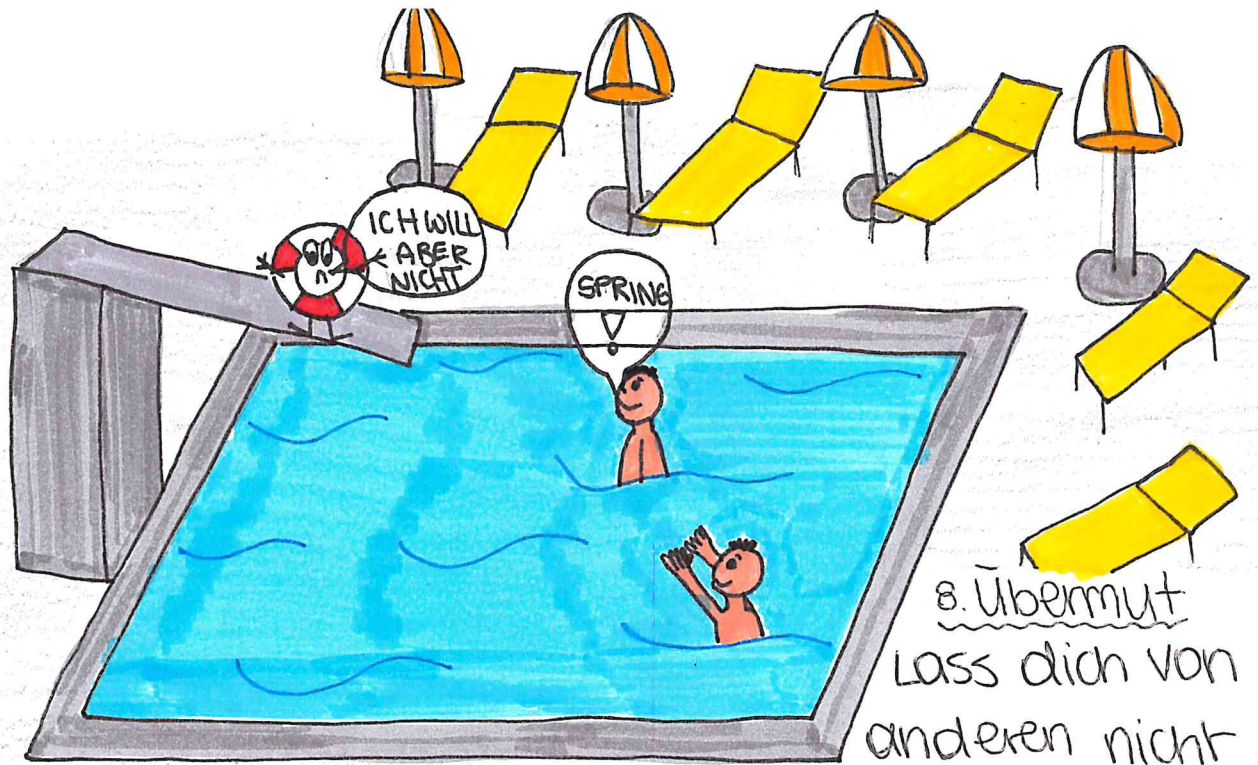


Starke Sonne

Schütz dich vor der Sonne
(Sonnencreme, Kappe, T-Shirt)

Wenn dir heiß ist, darfst
du nicht ~~ins~~ Wasser springen





8. Übermut
Lass dich von
anderen nicht
dazu überreden, etwas zu tun
was du nicht gut kannst
oder nicht möchtest.

9. Springen

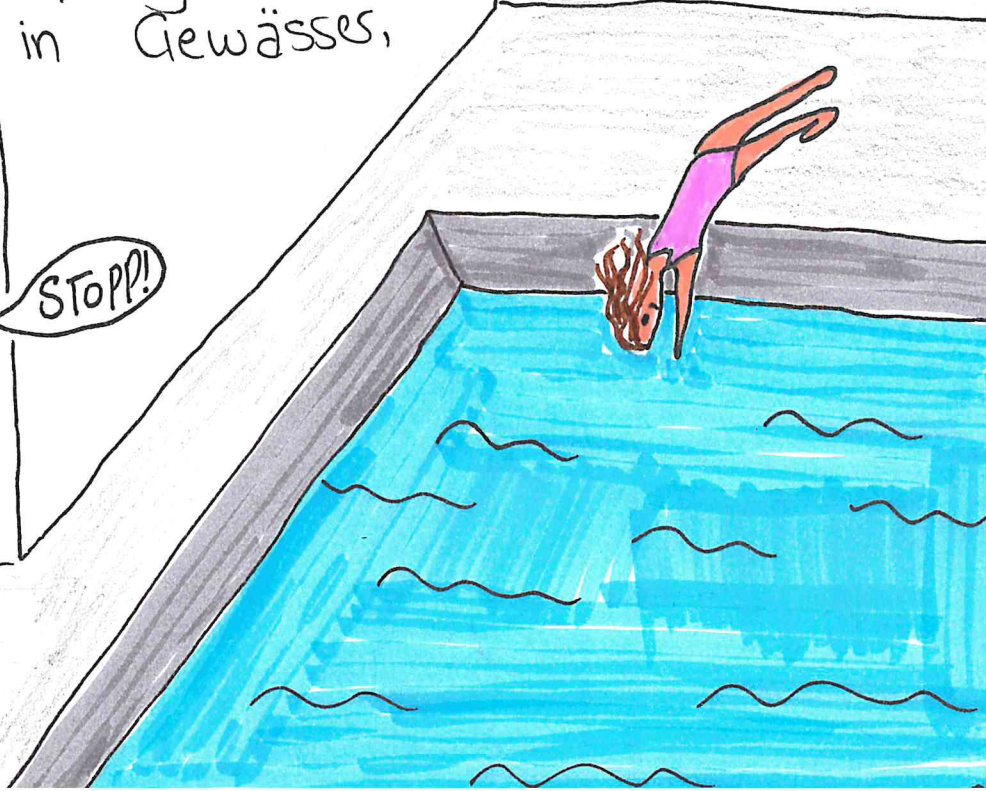
Spring nur dort ins Wasser, wo es erlaubt ist!



STOPP!

Du darfst dabei niemanden in Gefahr bringen!
Spring ja nicht in Gewässern,

die du nicht kennst, es könnten viele Gefahren lauern!



10.

Vorsicht im Erlebnisbad

Im Erlebnisbad sind oft viele Menschen. Beobachte daher die Leute in deiner Umgebung!

Ruf Hilfe herbei, wenn jemand in Gefahr ist!

