

# Informationsbrev - Träningsgrupp



Kul att du valt att anmäla ditt barn till en av våra träningsgrupper och våra duktiga ledare i Trollhättans Simsällskap. Vår verksamhet är för barn i åldern 7 år och uppåt, som genom lekfulla och målrelaterade övningar, vidareutvecklar grunderna i de fyra simsätten, utifrån varje individs egna förutsättningar, med slutmålet att kunna tävla alternativt ta simmärken och simma för välmående. Trollhättans Simsällskap lär ut alla fyra simsätten. Vi vill stimulera barnets utveckling och skapa medvetenhet om kroppsläge i vatten samt respekt för vatten. Vi vill också få barnet intresserad för simidrott och stimulera till daglig fysisk aktivitet.

**Plats:** Arena Älvhögsborg, 25m-bassängen. Vi träffas ombytta och klara bredvid läktaren inne i simhallen. Medföljande vuxen får följa med barnet in under lektion 1 och 2 därefter uppmanar vi den medföljande, att vänta på barnet i Älvhögsborgs reception under tiden barnet simmar.

**Pris:** Deltagaravgiften kommer på faktura i samband med anmälan. Det tillkommer en medlemsavgift på 200 kr, detta för att vi är en ideell idrottsförening och att våra verksamheter är till för våra medlemmar. Medlemsavgiften gäller varje kalenderår. Som medlem är man försäkrad via RF och Svenska Simförbundet, läs mer [HÄR](#). Deltagaravgiften ger tillträde till badet under lektionstid, på övrig tid betalas inträde till badet som vanligt. Bokning av aktivitet är bindande, dvs. ingen ångerrätt utgår. Se även våra [Allmänna Villkor](#) på hemsidan.

**Funktionsnedsättning:** Har ditt barn en dokumenterad funktionsnedsättning eller sjukdom (tex. diabetes, epilepsi, ADHD, hörselskada, cp) kontaktar du TSS kansli för mer information hur vi kan hjälpa ditt barn.

**Inpassering:** Det är viktigt att du **en eller flera dagar innan** första tillfället köper ett inpasseringsband, alternativt programmerar om ett gammalt band i Älvhögsborgs reception. Du meddelar personalen i receptionen vilken förening och grupp du tillhör. Läs mer om inpassering i bilaga från Älvhögsborg.

**Här kommer lite information som kan vara bra att veta:** Visa inpasseringarmbandet i snurrgrinden bredvid kassan. Gå in och byt om i omklädningsrummet. Duscha och tvätta hår och kropp utan badkläder innan lektionen börjar. Baddräkt och badbyxor är att föredra mot bikini och badshorts. Sätt gärna upp långt hår i en tofs eller använd badmössa för att slippa få håret i ögonen, våra klubbbadmössor finns att köpa av tränarna på kanten. Ett par sköna simglasögon underlättar också. Vi träffas ombytta och klara vid bassängen. Visa hänsyn i omklädningsrum och mot varandra. Vi uppmanar alla som har sjukdomssymtom att hålla sig hemma.

**Frågor:** Vid frågor skicka ett mejl till TSS, [tss.kansli@gmail.com](mailto:tss.kansli@gmail.com) eller ring på telefonnummer 0520-42 65 60 (telefontider meddelas på telefonsvararen). Då vi i TSS självklart arbetar med ständiga förbättringar vill vi gärna ha in era synpunkter löpande under terminens gång. Hör av er till verksamhetsansvarig Helle vid förslag eller synpunkter.