

Velkommen til Vinterbadeklubben Holbæk

Vi håber du får en god oplevelse med at vinterbade i Vinterbadeklubben Holbæk.

Omklædning:

Det er helt op til dig, om du bader og går i sauna med eller uden badetøj. Medbring håndklæder, vandflaske, badesandaler og evt. badekåbe.

Baderegler som alle badende er forpligtet til at overholde:

- AL BADNING ER PÅ EGET ANSVAR.
- DU MÅ ALDRIG BADE ALENE.
- INGEN BADNING, HVIS DU ER PÅVIRKET AF ALKOHOL, MEDICIN ELLER ANDET, ELLER HVIS DU FØLER DIG UTILPAS.
- BRING IKKE DIG SELV ELLER ANDRE I LIVSFARE VED AT SVØMME LÆNGERE VÆK, END DU KAN KOMME TILBAGE VED EGEN HJÆLP. SVØM HELLERE RUNDT OM BROENI STEDET FOR VÆK FRA DEN.
- SVØM ALDRIG IND UNDER ISEN.
- HVIS VANDET LUGTER ELLER SER GRIMT UD, SKAL DU IKKE BADE

Alle nye medlemmer skal have set klubbens introduktionsvideo. Indmeldelse til klubben sker fra hjemmesiden www.vinterbadeklubben.dk. Ved venteliste kan man skrive sig op.

Børn under 15 år er velkomne sammen med en voksen i bestemte tidsrum (tirsdag 15-18, lørdage 10-12 og søndage 13-15). Børnene skal kunne svømme og optræde roligt. Børnene bader under de voksnes ansvar, og det er de voksnes ansvar, at badereglerne bliver overholdt.

Ophold i saunaen:

Saunaen er åben, alle ugens dage fra klokken 06.00-23.00. Din kode til døren er personlig, og du må ikke videregive den.

I saunaen er det obligatorisk, at du sidder på dit eget håndklæde og har det omkring dig så sæde ikke kommer i kontakt med bænken og at lænd og skridt som minimum tildækket (topløs er tilladt). Du skal altid medbringe et lille håndklæde til at have under dine fødder, så saunaen forbliver så ren som muligt. Efterlad ikke saunaen med vand på gulvet – brug svaberen. Brug af mobiltelefon og fotografering i saunaen er ikke tilladt.

Hygiejneregler: Det er ikke tilladt at udføre personlig hygiejne, såsom barbering og negleklipning og/eller skrub af kroppen i saunalokalet. Alle medlemmer efterlader saunaen i pæn og ren stand efter brug.

Samtaler med andre gæster skal ske i et lavt toneleje og med respekt for de gæster, som kommer for "stilheden" og velværen.

Brug af saunaovnen: Før vand hældes på ovnen, skal du altid spørge de andre badende om det er OK. Vandet som hældes på ovnen, skal altid være helt rent ferskvand (aldrig saltvand) og det er vigtigt at man overholder mængden af vand på saunaovnen (1/2 til 1 øse ad gangen, som hældes meget langsomt på. Der ventes indtil alt vandet er fordampet fra stenen, før ny øse kan hældes igen).

For meget vand kan kortslutte ovnens varmelegemer. Duftolier er kun tilladt ved klubbens særlige arrangementer.

Alkohol og rygning

Alkohol må kun indtages ved klubbens særlige arrangementer. Anlægget er røgfrit område.

Sikkerhed:

Ved badebroen er der anbragt en redningskrans. Der er opsat en Hjertestarter på Havnekontorets bygning.

Kontingentbetaling

Medlemskontingentet for en sæson er fastsat til 800,00 DKK + 250,00 DKK (indmeldelsesgebyr) per medlem. Vinterbadesæsonen starter 1. september og slutter 1. maj. Børn til og med 15 år er gratis ifølge med en forælder. Kontingent er fast, uanset tidspunkt for indmeldelse.

Ovenstående reglementer er gældende for alle medlemmer og skal respekteres hver gang. Et brud på et eller flere af disse regler kan medføre en advarsel eller bortvisning fra klubben, uden refusion af medlemskontingent.