





ПРОСТО ДОБАВЬ ВОДЫ

В этом учебном году у СГУ появился свой спортивный комплекс с плавательным бассейном. Теперь на пары по физкультуре нужно брать с собой не кроссовки и спортивный костюм, а купальники, шапочки и очки. «СГУщётка» рассказывает и показывает, как посещать бассейн правильно и красиво.

Текст: Александра Фомина

Фото: Дарья Зими́на



Спортивный комплекс находится на улице Большая Казачья, 120, строение 1. По словам директора бассейна, Андрея Николаевича Умришова, уникальность объекта заключена в его расположении. Любой житель города может легко и быстро добраться до комплекса. Часы работы бассейна – 7:00 – 22:00. Телефон: 51 - 74 - 11.

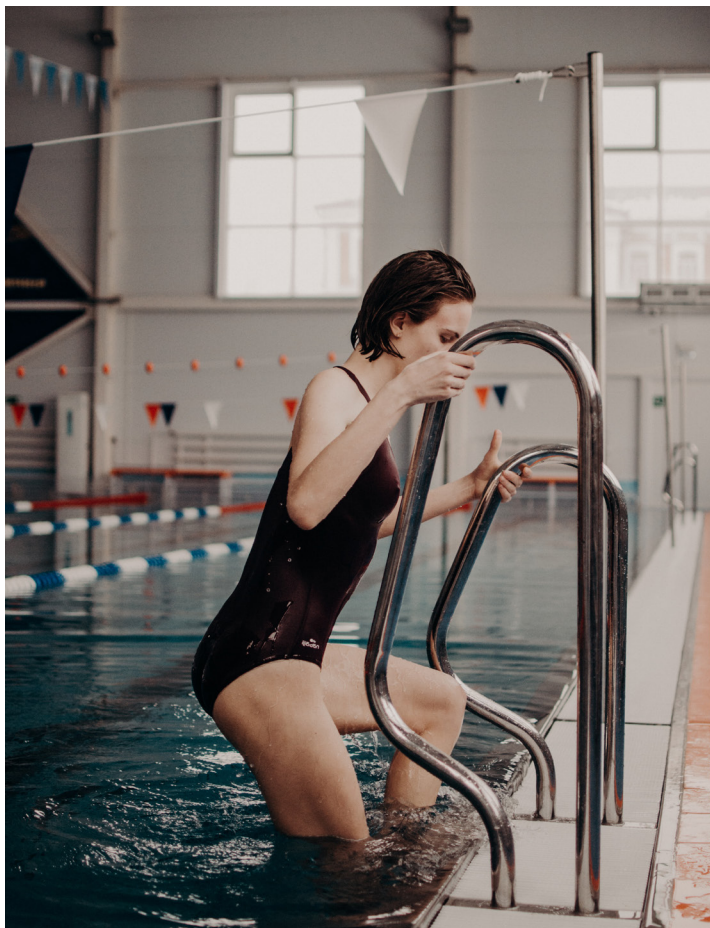
На бесплатной основе в плавательном бассейне с 9:00 до 15:30 проводятся учебные занятия у студентов университета СГУ очной и заочной форм обучения. Также в спортивном комплексе проходят занятия групп спортивного совершенствования СГУ по водным видам спорта.



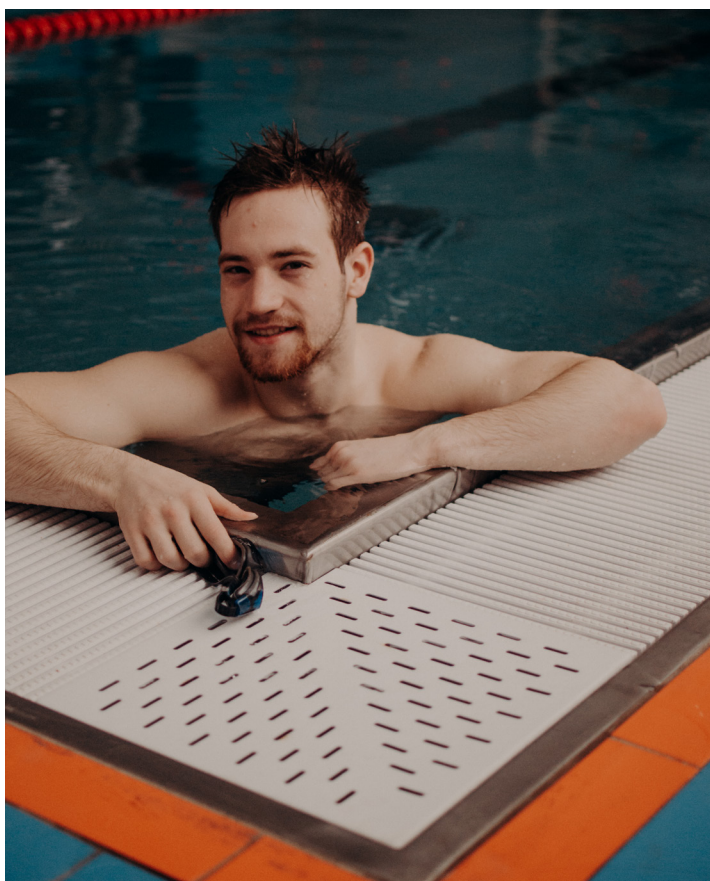
Загруженность спортивного комплекса – от 150 до 200 студентов в день и около 200 частных лиц. Стоимость разового посещения для студентов СГУ, сотрудников и членов их семей составляет 150 рублей, для частных лиц – 300 рублей.

Бассейн оказывает такие платные физкультурно-оздоровительные услуги, как групповые и индивидуальные занятия по направлениям «Аквааэробика», «Учимся плавать», «Артистическое плавание», «Водное поло», «Спортивное совершенствование видов плавания». Количество занятий подбирается индивидуально и может составлять 4, 8 или 12 посещений в месяц. Существует и система абонементов «Пенсионный», включающая групповые занятия от 7 до 10 человек, «Семейный», куда входят один взрослый и один ребёнок от 7 до 14 лет, и абонемент «VIP», при покупке которого на дорожку допускается не более двух человек. Для индивидуальных занятий можно оформить посещения с инструктором.



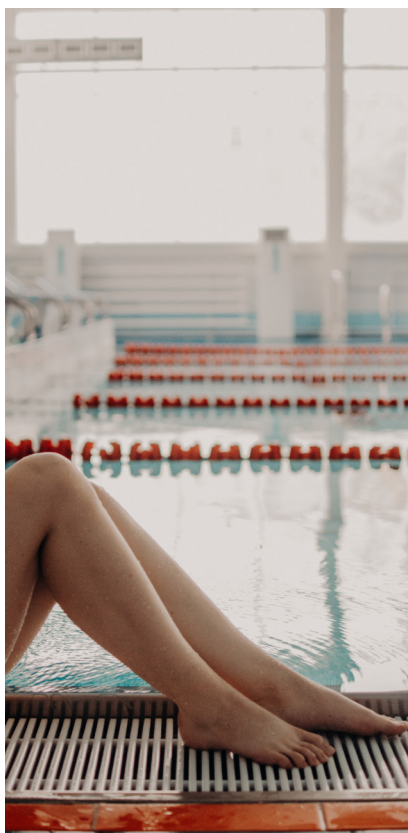
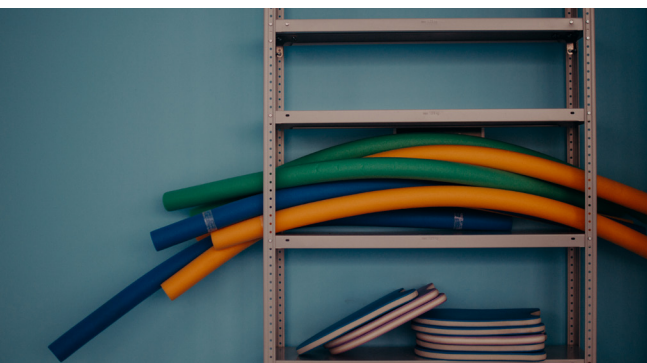


Руководство бассейна серьезно подходит к вопросу здоровья своих гостей. Медицинский кабинет снабжен всеми необходимыми компонентами для проведения доврачебной медико-санитарной помощи. Перед посещением бассейна необходимо получить специальную справку от врача. Кроме того, обязательным является осмотр работающим в бассейне медработником. «Существует перечень болезней, при которых нельзя заниматься. После того, как человек приносит справку из поликлиники, я провожу наружный осмотр кожи на наличие дерматологических заболеваний. Только после этого человек допускается к воде», – поделилась Жанна Шамсиевна Калашникова, медицинский работник комплекса.



Первое, что видит посетитель при входе в помещение, – стойка администратора, пост охраны, гардероб, кофейный автомат и буфет. Перед первым занятием администратор бассейна информирует о вещах, которые необходимо взять для посещения. Собирая сумку, важно не забыть полотенце, сменную обувь, средства гигиены, купальник и шапочку – для девочек, плавки – для мальчиков.

Далее по коридору расположены женская и мужская раздевалки. Они оборудованы зеркалами, фенами, скамейками и шкафчиками со штангой и крючками. Из раздевалок двери ведут в туалет и душевую, затем и в сам бассейн.



Параметры плавательного бассейна соответствуют стандартам и позволяют проводить в нём соревнования высокого уровня. Над чашей расположены трибуны на 80 человек. Глубина бассейна – 1,2–1,8 метра, размер – 25 x 16 метров. 6 дорожек позволяют вместить 48 клиентов в смену.

Есть табло ручного управления с часами, температурой воздуха и воды, оно используется для счёта во время соревнований. Температура воды, как и воздуха, всегда 28–29 градусов.

Плавательный процесс проходит под наблюдением дежурных инструкторов, имеющих педагогическое образование и звание мастеров спорта. По словам инструктора по плаванию Ирины Николаевны Сайгановой, они с коллегами могут научить плавать с нуля, отточить мастерство и исправить технику. «В основном, к нам приходят люди, уже умеющие плавать, поэтому держаться на воде чаще учим детей с 7 лет», – отметила Ирина Николаевна.





Бассейн снабжён двумя трапами, стартовыми тумбами, специально закреплёнными стойками по краям бортов, спасательными шестами, плавательными досками, мячами и надувными нарукавниками.

Состояние комплекса находится под постоянным контролем Центра гигиены и эпидемиологии по Саратовской области. Автоматическое дозирование средств очистки позволяет четыре раза за сутки сменить всю воду в бассейне. Обеззараживание производится современными методами – системой озонирования. Таким образом, содержание хлора снижается до минимально допустимых норм, и он перестаёт ощущаться.

«Бассейн – залог успешного и здорового дня. Люди, ведущие активный образ жизни, редко жалуются на самочувствие, они почти не испытывают неудач, постоянно двигаются вперёд. Можно сказать, что именно такие люди всё решают в нашей жизни», – убеждён Андрей Николаевич. 🏊

