

## Välkommen till Kvinnosimskola med Nice Touch AB

Att ta steget och lära sig simma är en livförsäkring och du som mor/syster/kvinna har stort inflytande på barn i din omgivning. Genom att du prioriterar din simkunnighet så kommer omgivningen också påverkas och förhoppningsvis lär sig fler och fler att simma.

Att lära sig simma är en livförsäkring!

Vi som håller i simskolan är två kvinnor som heter Mona och Tove och vi har många års erfarenhet av simundervisning på både svenska och engelska för både vuxna och barn samt personer inom NPF-spektrat.

- Under kvinnosimskolan så får ej barn under 16 år eller män vistas i bassängområdet.
- Våra lektioner är 40 min långa och kurs är 5 tillfällen.
- Inga andra än deltagare i simskolan får vistas vid bassängområdet under lektionerna

### Viktigt att tänka på innan du kommer in till bassängen:

1. **Var ute i god tid** så du hinner duscha och tvätta håret innan du kommer ned i bassängen. *Det är viktigt att vi alla är rena ordentligt så vi har så bra vattenkvalitet som möjligt i bassängen.*
2. **Var ute i god tid** då vi startar lektionen på utsatt tid och väntar ej in deltagare som kommer sent. Starttiden håller vi hårt på för allas trevnad.
3. **Missad lektion** kan tyvärr ej tas igen i senare kurser, så se till att boka in de datum kursen går och planera så du kan närvara vid alla tillfällen och därmed få ut så mycket som möjligt av kursen.
4. **Våga fråga!!!**  
Det finns aldrig några dumma frågor, vi finns där för er deltagare och vill hjälpa er med så mycket vi bara kan och därför är det viktigt att ni känner trygghet i att alla har olika bakgrunder och erfarenheter och därför har vi olika hinder vi behöver ta oss igenom.
5. **HA ROLIGT, SKRATTA MYCKET!**  
Vi försöker alltid ha roligt under våra lektioner, så våga ta fram barnet i dig!  
Vi lär oss bättre i en avslappnad miljö och det ska vara roligt att ses på lördagskvällarna =)

Skulle du behöva komma i kontakt med oss så får du jättegärna skicka ett mejl till:

[info@nicetouch.se](mailto:info@nicetouch.se) eller ringa till Mona på telefonnr: 0733-853626

Vi startar lördagen den 1/10-22 och **tipsa gärna dina väninnor som inte kan simma, att anmäla sig, så gör ni något roligt och nyttigt tillsammans =)**

Varmt välkomna!!!

Mona och Tove =)