

## Værdi og adfærdskodeks for Sorø vinterbadeklub.

Sorø vinterbadeklub hedder ”Hold hovedet koldt” – et lidt drilsk navn, der både har en konkret og en symbolsk betydning. Den symbolske betydning er basal for os: Hos os er det afgørende at kunne tænke og handle ud fra almindelig sund fornuft og hensyn til andre. For at undgå tvivl om, hvad det er vi mener med dette, har vi udarbejdet et mere vejledende kodeks for vores adfærd.

I Sorø Vinterbadeklub er der plads til alle, der overholder vores adfældsregler.

Badning sker på eget ansvar.

Man skal bade med omtanke af hensyn til egen og andres sikkerhed. Vi følger de regler som ”rådet for større badesikkerhed” har lavet:

1. Tjek badeforhold og kend redningsudstyret
2. Pas på is på trappe og bro
3. Sænk kroppen roligt ned i vandet
4. Bad aldrig alene
  
5. Træk vejret roligt
6. Hold øje med hinanden
7. Hold dig tæt ved trappe eller opgang
8. Svøm aldrig under isen

Man må ikke foretage hovedspring fra bro eller andre ”vilde” udspring.

Klubbens aktiviteter er for medlemmer.

Vi hilser på hinanden når vi mødes og vi hjælper hinanden til en god oplevelse.

Man kan bade med og uden badetøj. Hvis man bader uden badetøj bør man være diskret og tage hensyn til andre – både badende medlemmer og andre, der færdes i området.

Al anden adfærd på området herunder gymnastik-, yoga-, og udstrækningsøvelser skal altid foregå påklædt.

Der må ikke fotograferes uden samtlige tilstedeværendes accept.

Mobiltelefoner skal være sat på lydløs.

Rygning er ikke tilladt.

Børn under 15 år er velkomne ifølge med voksne.