

## **TURVALLISUUSSUUNNITELMA: UIMAHALLIVUORO Lahden uimahalli**

### **Toiminnan ja suorituspaikan kuvaus**

Triathlonseura X-tri Lahti ry:n jäsenille tarkoitettu uimahallivuoro Lahden uimahallissa. Vuoro on tarkoitettu seuran jäsenille uintiharjoittelua varten. Vuorolla uintiharjoittelu tapahtuu omatoimisesti.

Seuralla on yksi harjoitusvuoro Lahden uimahallissa maanantaina (20.30-21.30). Vuoron aikana hallissa ei ole uimavalvontaa. Vuoro on jäsenille ilmainen. Vuoron ei katsota olevan ohjelmapalvelu.

### **Turvallisuudesta, kalustosta ja liikuntapaikasta vastaavat henkilöt**

Turvallisuudesta vastaavat toimintaan osallistuvat jäsenet. Hallituksen turvallisuusvastaava on Esa Heinonen (puh. 040 5230102) ja jäsenrekisterin pitäjä Lauri Kiilholma (puh. 041 5051836).

Lahden uimahallin puhelinnumero on 044 4826243 (kassa) ja 044 4163883 (valvojat).

Lahden kaupungin yhteyshenkilö uimahallien vakiovuoroissa on Jenni Mikkola. Lahden kaupungin uimahallien kunnossapidosta ja huollosta vastaa liikuntapalvelupäällikkö Markku Ahokas. Lahden kaupungin sähköpostiosoitteet ovat [etunimi.sukunimi@lahti.fi](mailto:etunimi.sukunimi@lahti.fi)

Uimahalleissa on omat turvallisuussuunnitelmat (koskien hallien yleistä toimintaa) ja niihin voi tutustua uimahalleissa. Turvallisuussuunnitelmat löytyvät laitospöytäkirjoista ja uinninvalvojilta.

### **Lahden uimahallin osoite**

Uimahalli sijaitsee osoitteessa Svihuvufdinkatu 8, 15110 Lahti.

### **Riskien hallinta**

#### **Osallistujat ja vaatimukset osallistujille**

Osallistujia ovat X-tri Lahti ry:n jäsenet (aikuiset ja nuoret) Uimaharjoituksiin osallistumisen edellytyksenä on uimataito sekä X-tri Lahti jäsenten osalta jäsenmaksun maksaminen. Lisäksi jäsenten on ilmoitettava nimi ja yhteystiedot jäsenrekisterin pitäjälle. Uintivuorolle osallistuvat hallitsevat uinnin perustekniikat ja pystyvät harjoittelemaan uintia omatoimisesti.

X-tri Lahti ei vastaa ulkopuolisista toimintaan osallistuvista.

Koska hallivuorolla ei ole normaalia uimavalvontaa, tulee jokaisen vuorolle osallistuvan kiinnittää erityistä huomiota muiden osallistujien toimintaan. Vuorojen alkaessa (syksyllä)

käydään muutaman kerran läpi turvallisuuteen liittyvät asiat hallituksen jäsenten tai vuoron ohjaajan johdolla.

Pyrimme myös saamaan osallistujan vuosittain Lahden Liikuntapalvelujen tarjoamalle Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliiton trimmi-kurssille.

X-tri Lahti pyrkii toiminnallaan edistämään turvallista uintiharrastusta niin hallissa kuin avovedessä.

## Osallistujien määrä

Osallistujien määrää ei ole rajoitettu ja määrä vaihtelee vuorosta riippuen.

## Toiminta vuorolla

Uintivuoron ajankohta on:

Maanantai klo 20.30-21.30

Uimahallivuoron aikana noudatetaan uimahallin yleisiä järjestyssääntöjä.

## Toimintaan liittyvät vaarat, ennaltaehkäisy ja toiminta vaaran toteutuessa

Vaara (todennäköisyys/ vakavuus *)	Ennaltaehkäisy	Paikallaolijoiden toiminta
Fyysiset vammat (2/2)	Jokaisen osallistujan on harjoitettava omalla kuntotasolla. Radoilla uidaan niin, ettei aiheuteta varaa muille uimareille. Varovaisuutta on noudatettava liukkailla lattioilla.	Annetaan ensiapua, ohjataan lääkäriin tai hälytetään apua hätänumerosta 112.
Sairaskohtaus (1/2)	Tiedossa oleviin sairauksiin on lääkkeet mukana ja ohjeet muille.	Annetaan ensiapua, ohjataan lääkäriin tai hälytetään apua hätänumerosta 112.
Hukuksiin joutuminen (1/3)	Uimataito on harjoitukseen osallistumisen edellytys. Tajunnan menetyksistä aiheuttavista sairauksista on hyvä kertoa muille. Muiden harjoittelua pidetään silmällä.	Pelastetaan, hälytetään apua (112), aloitetaan <b>painelu-puhalluselytys:</b> 30 painallusta ja 2 puhallusta. <b>Toimitettava aina hoitoon, vaikka elpyisi nopeasti.</b>

\*1= Epätodennäköinen/lievä, 2= Mahdollinen/haitallinen, 3= todennäköinen/vakava

## Toiminta hätä-, tapaturma- ja onnettomuustilanteissa

Tarvittaessa apua hälytetään esimerkiksi matkapuhelimella yleisestä hätänumerosta 112.

Tapaturma ja onnettomuustilanteissa paikalla olevat toimintakykyiset henkilöt tekevät tilannearvion, hälyttävät tarvittaessa apua ja antavat ensiapua tai ohjaavat uhrin/uhrin hoitoon ensiavun jälkeen.

### **Toiminta läheltä piti -tilanteiden ja onnettomuuksien jälkeen**

Joku paikalla olevista saattaa läheltä piti -tilanteet ja onnettomuudet hallituksen tietoon suullisesti tai sähköpostilla.

### **Turvallisuusasioista tiedottaminen**

Turvallisuusasiakirja löytyy seuran omilta nettisivuilta.