



MIDA LAPSEL UJUMISTUNNIS VAJA LÄHEB?

- **UJUMISRIIDED**
Otseloomulikult on kõige olulisem ujumispükste või trikoo olemasolu. Lapsele ujumisriideid ostes tuleks arvestada, et need istuksid hästi, ei piiraks keha liikumist ning et laps saaks need iseseisvalt selga ja seljast ära. Tüdrukutele on kõige parem osta üheosaline trikoo, kus ei oleks liiga palju paelakesi ning lisadetaile.
- **RÄTIK**
Laps peaks ujumistundi kindlasti kaasa võtma mugava ning paraja suurusega rätiku.
- **UJUMISMÜTS**
Pikkade juuste puhul on ujumismüts kohustuslik. Kõige parem on soetada hästi istuv silikoonist ujumismüts.
- **UJUMISPRILLID**
Ujumisprillide kasutamine ujumistrennis on soovituslik igale lapsele, sest basseinis olev kloorivesi võib silmad kipitama panna. Enne ostmist tuleks ujumisprille kindlasti ette proovida ja leida võimalikult mugavad prillid, mis sobivad näokujuga ning mida on lapsel lihtne ette panna.
- **PLÄTUD**
Basseini ääres, dušširuumis ja ka riietusruumis on tihti libe põrand, kus on lihtne libiseda. Plätud ongi olulised just selleks, et laps ei libiseks. Kõige sobivamad plätud istuvad mugavalt jalga, ei loksu liialt ning on mustilise tallaga.
- **PESEMISVAHENDID**