

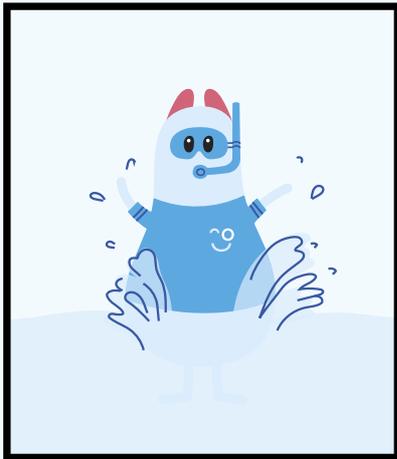
reglas de natación



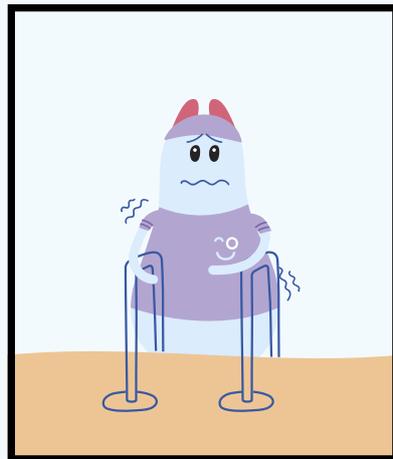
Ducharse antes de entrar al agua



Evite juegos bruscos y no empuje a sus compañeros



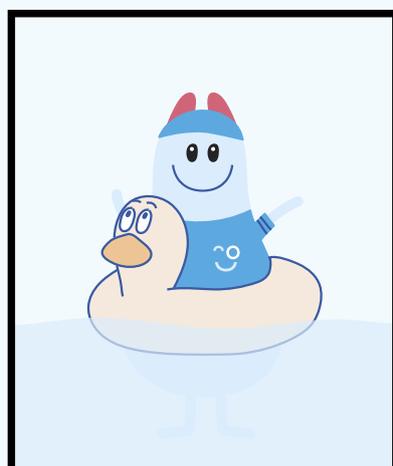
Nade sólo cuando se sienta bien



Cuando tenga frío, salgase del agua inmediatamente

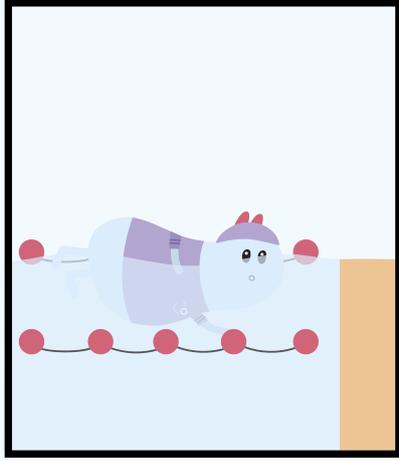


Antes de saltar al agua, compruebe que no va a lastimar a sus compañeros

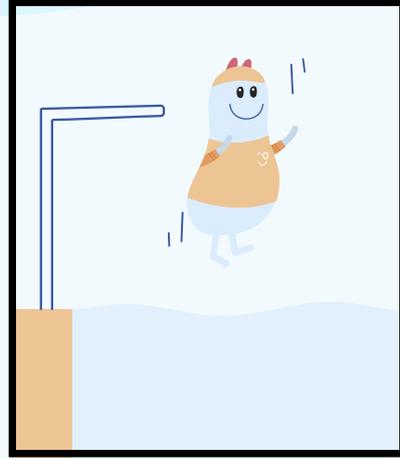


Los flotadores e inflables no dan seguridad en el agua

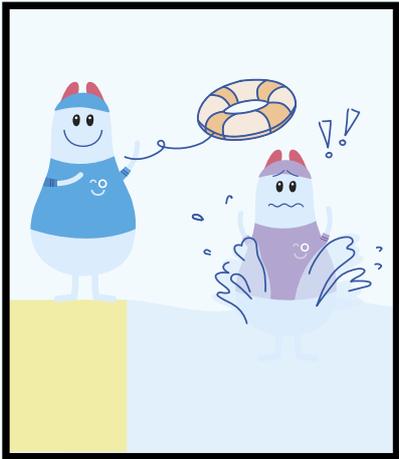
reglas de natación



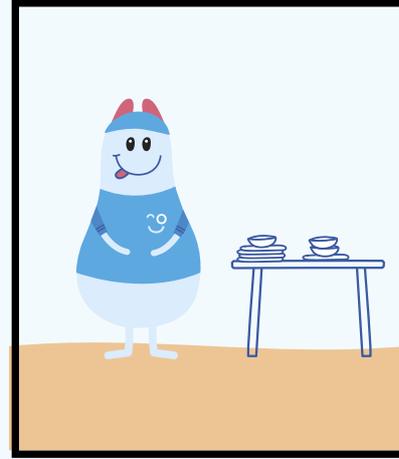
Conserve su energía para que siempre pueda Mantenga siempre la energía suficiente para poder llegar a tierra.



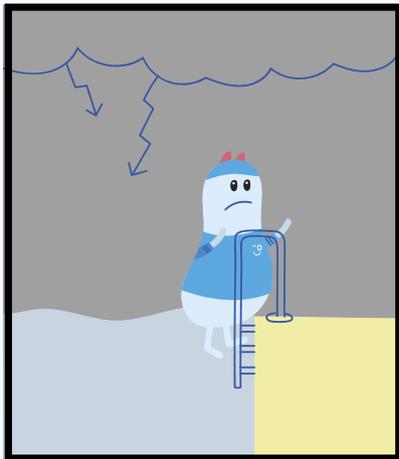
Sólo salte al agua cuando sea lo suficientemente profunda.



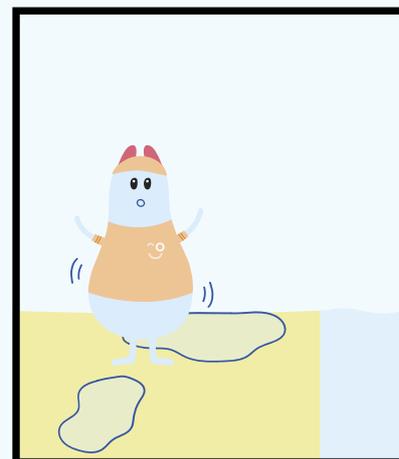
Pide ayuda sólo cuando la necesites y ayuda a otras personas que necesiten tu ayuda.



Cuando tengas la barriga demasiado llena, no te metas en el agua.



Durante una tormenta, no entres en el agua, o sal de ella inmediatamente



No corras en la piscina Peligro de resbalar en el suelo mojado.