



Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.

游泳守则

	入水前，请淋浴降温		空气垫，汽车胎和橡胶动物玩具无法保障你游泳的安全
	当你感觉冷了，马上离开水		别在有船行驶的地方游泳
	只有你感觉舒适时，才去游泳		不能在别人下面潜水
	如果你不会游泳，游泳地方的水深最好不要超过肚子		在雷雨天气时游泳是有生命危险的，必须马上离开水
	只能在水够深，没有障碍物的地方跳水		禁止在威胁他人安全时跳水
	不能高估自己的体力和能力		保持水和环境整洁，垃圾扔入垃圾桶
	只能在你真有危险的时候呼救，在别人需要救护时，再去施救		不能在饱腹和空腹时游泳