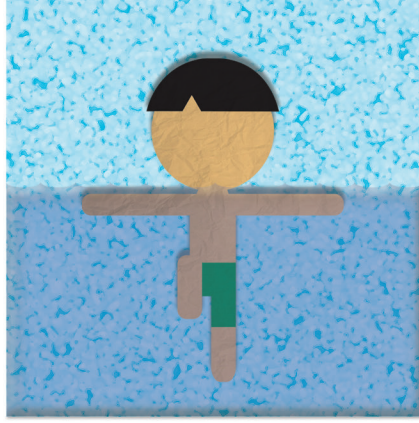


क्या आपका बच्चा अचानक गहरे पानी में गिरने पर बच सकता है?



रोल



ट्रेड



स्विम



सभी बच्चों को तैरना सीखना चाहिए।

Swim to Survive पानी के आसपास सुरक्षित रहने के लिए एक महत्वपूर्ण पहला कदम है।

Swim to Survive प्रशिक्षण आपके बच्चों को अचानक गहरे पानी में गिरने पर बचने के लिए तैयार करने में मदद करता है



बच्चे पानी के अंदर के तीन कौशलों का अभ्यास करते हैं जो उन्हें सीखाते हैं कि:

- गहरे पानी में कैसे लुढ़कें (रोल) - और खुद को सतह की ओर कैसे ले जाएं।
- पानी में 1 मिनट तक पैर कैसे चलाते रहें (ट्रेड) - श्वासनली को सुरक्षित करने और यह निर्णय करने के दौरान कि आगे क्या करना है, खुद की मदद कैसे करें।
- 50 मीटर कैसे तैरा जाए - ताकि सुरक्षित रहें।

Swim to Survive और तैराकी के प्रशिक्षणों में नामांकन के लिए अपने स्थानीय स्वीमिंग पूल से संपर्क करें।

अनेक भाषाओं में Swim to Survive के वीडियो देखने के लिए www.lifesavingsociety.com पर जाएं या हमारा यूट्यूब चैनल देखें।

