

Μια μέρα στην παραλία

Τι μπορείτε να κάνετε στην παραλία

Κατά μήκος της παραλίας υπάρχουν πολλές ομπρέλες και ξαπλώστρες προς ενοικίαση καθώς επίσης και αρκετά σημεία χωρίς αυτές για να μπορείτε να κάνετε χρήση του δικού σας εξοπλισμού. Μπορείτε να επιλέξετε ένα δημοφιλές σημείο με πολύ κόσμο και δραστηριότητες ή ένα πιο ήσυχο σημείο για να χαλαρώσετε και να απολαύσετε το βιβλίο σας. Υπάρχουν πολλά θαλάσσια σπορ που μπορείτε να κάνετε όπως θαλάσσιο σκι, beach volley κ.α.

Μείνετε ασφαλείς στην παραλία

Για να απολαύσετε την ημέρα σας με ασφάλεια στην παραλία είναι απαραίτητο να ακολουθείτε κάποιους βασικούς κανόνες.

- Αποφεύγετε να κάθεστε όλη μέρα στον ήλιο και ειδικά μεταξύ 1200-1600 καλύτερα να μένετε στην σκιά.
- Καταναλώνετε πολλά υγρά και ανανεώνετε το αντηλιακό σας τακτικά.
- Μην κολυμπάτε μετά από τα γεύματα.
- Ακολουθείτε τις οδηγίες των ναυαγοσωστών και παρακολουθείτε το σύστημα με τις σημαίες πριν μπείτε στην θάλασσα.