

Benutzungsordnungen Raiffeisen athletics-center (RAC)

Dieses Dokument basiert auf dem
„Bewirtschaftungsreglement Raiffeisen athletics-center“
erlassen durch den Stiftungsrat „athletics-center“ vom 30. Juni 2022

Autor: René Strasser,
Verantwortlicher Betriebsführung Raiffeisen athletics-center

Erlassen durch
Verantwortlicher Betriebsführung Raiffeisen athletics-center
Version vom 11. August 2022

Eingesehen durch
Präsident und Sportlicher Leiter des LC Frauenfeld
Präsident und Sportlicher Leiter der LV Winterthur

Hallenordnung

René Strasser

Zugangsberechtigung	<ul style="list-style-type: none"> Zum Raiffeisen athletics center sind nur Mitglieder (Teilnehmer) der Haupt-, Co- und Drittnutzer zugelassen. Privatpersonen können die Anlage nicht nutzen, auch nicht in Begleitung von Vereinsmitgliedern.
Belegungsgrenze	<ul style="list-style-type: none"> In der Halle dürfen sich maximal 200 Personen und im Krafraum maximal 50 Personen aufhalten (Vorgaben Feuerpolizei).
Zugang mit Badge	<ul style="list-style-type: none"> Einzelne Zugangsberechtigte haben gemäss Bewilligung der technischen Leiter LCF / LVW einen persönlichen Badge, welcher nicht weitergegeben werden darf. Die Aktivitäten werden im System aufgezeichnet.
Nutzungszeiten im Raiffeisen athletics-center	<ul style="list-style-type: none"> Das Raiffeisen athletics-center kann grundsätzlich ganzjährig an allen Tagen von Montag bis Sonntag und durchgehend während 24 Stunden genutzt werden. Effektiv wird die Halle von morgens 07.00 bis abends 22.00 Uhr genutzt.
Öffnungszeiten der Kleinen Allmend	<ul style="list-style-type: none"> Werktags 7.00 bis 22.00 Uhr und Wochenende 09.00 bis 22.00 Uhr.
Zugang ausserhalb der Öffnungszeiten Kleine Allmend und im Winter	<ul style="list-style-type: none"> Im Winter oder wenn die Haupteingangstüren „Neuhofstrasse“ geschlossen sind, ist der Eingang zum Sportplatz Kleine Allmend „Eingangstor Parkplatz Thurstrasse“ zu verwenden. Mit dem Badge lässt sich diese Türe öffnen.
Abstellplätze für Fahrräder	<ul style="list-style-type: none"> Fahrräder und andere Fortbewegungsmittel sind ausserhalb der eingezäunten Kleinen Allmend bei den dazu vorgesehenen Orten abzustellen.

Fluchttüren	<ul style="list-style-type: none"> Die Fluchttüren auf der Südseite dürfen nicht geöffnet werden. Sie dürfen auch nicht als Eingangstüren verwendet werden. Ausnahme: Grosse und/oder schwere Materialtransporte.
Lüftung	<ul style="list-style-type: none"> Grundsätzlich belüftet die Lüftungstechnik die Räume des RAC.
Eingangstüren	<ul style="list-style-type: none"> Die Eingangstüren zum Gebäude und zur Halle sind zu schliessen, damit die Lüftungstechnik funktioniert.
Zusätzliche Lüftung	<ul style="list-style-type: none"> Die Krafraumtüre kann zur zusätzlichen Luftzirkulation geöffnet werden. Falls die Aussentemperatur deutlich tiefer ist als die Innentemperatur können die Oberlichter (Schliessen automatisch um 23.00 Uhr oder bei Regen) und die Fluchttüren zwecks Stosslüftung geöffnet werden.
Kontrolllampe Lüftung	<ul style="list-style-type: none"> Die Kontrolllampe links hinter dem Wurfkäfig muss beachtet werden. Leuchtet die Lampe rot auf, muss dies dem Hauswart gemeldet werden.

Licht	<ul style="list-style-type: none"> • Im Kraftraum und in der Halle muss das Licht am Schluss der Trainingseinheiten manuell gelöscht werden. Es gibt kein automatisches Ausschalten.
Aussenschuhe	<ul style="list-style-type: none"> • Im Raiffeisen athletics center darf man keine verschmutzten Schuhe oder Trainingsschuhe, welche im Gelände verwendet werden, tragen. • Aussenschuhe sind in der Garderobe zu deponieren.
Tiere	<ul style="list-style-type: none"> • Tiere haben grundsätzlich keinen Zugang zum Raiffeisen athletics center.
Rauchen	<ul style="list-style-type: none"> • Das Raiffeisen athletics center ist ein rauchfreies Gebäude.
Verpflegung	<ul style="list-style-type: none"> • Die übliche Sportlerverpflegung ist im Raiffeisen athletics-center möglich.
Sporttaschen / Trainingsschuhe	<ul style="list-style-type: none"> • Sporttaschen und Trainingsschuhe sind am Rand der Halle, bei den entsprechenden Ablageorten (rot markierte Regale), oder in den Garderoben zu deponieren.
Nagelschuhe	<ul style="list-style-type: none"> • Die Nagelschuhe dürfen nur auf dem Tartanboden getragen werden.
Material	<ul style="list-style-type: none"> • Das Material wird nach jedem Training immer vollständig weggeräumt.
Material für den Aussenbereich	<ul style="list-style-type: none"> • Das mobile Trainingsmaterial der Halle und des Kraftraums darf nicht im Aussenbereich genutzt werden. Ausnahme: Stabhochsprungstäbe und persönliche Wettkampfwurfgeräte. • Das Material für den Aussenbereich wird immer vom Aussengeräteraum LCF bezogen.
Einrichtungen, Markierungen	<ul style="list-style-type: none"> • Zusätzliche Einrichtungen und Markierungen dürfen nicht ohne Einwilligung durch den Sportlichen Leiter Raiffeisen athletics center angebracht werden.
Beschädigungen	<ul style="list-style-type: none"> • Beschädigungen bei Festinstallationen, Garderoben und Gebäudetechnik sind dem Hallenwart und beim Trainingsmaterial dem Sportlichen Leiter zu melden. • Beschädigungen können dem Verursacher verrechnet werden.
Haftung	<ul style="list-style-type: none"> • Für die Garderobe wird keine Haftung übernommen. • Die Benutzung der Anlage erfolgt auf eigene Gefahr.

Ergänzende Bestimmungen:

- Benutzungsordnung Kraftraum
- Benutzungsordnung Werfen allgemein / Wurfkäfig
- Benutzungsordnung Sprung
- Benutzungsordnung Stabanlage
- Benutzungsordnung Aussenanlagen Kleine Allmend

Benutzungsordnung Krafraum

Daniela Michel

1	Nur LCF- und LVW-Mitglieder dürfen im Krafraum trainieren. Aussenstehende Personen sind im Krafraum nicht zugelassen. Ausnahme: es liegt ein befristeter Nutzungsvertrag vor.
2	Das Training erfolgt nach einem Belegungsplan. Einzelathleten dürfen nach Absprache mit der Sportlichen Leiterin RAC (Technischen Leiterin Aktive) in den unbelegten Zeiten Trainings absolvieren.
3	Medizinbälle dürfen nur gegen die zu diesem Zweck installierte Wurfwand geworfen werden. Die restlichen Wände dürfen nicht für Würfe benützt werden. Die Wurfwand ist nicht für den Gebrauch von Kugeln und Disken geeignet.
4	Nach dem Training ist sämtliches Material an seinen Platz zu verräumen. Es bleiben keine Gewichtsscheiben oder Kleinmaterial auf dem Boden liegen.
5	Sämtliches Material bleibt im Krafraum und wird nicht zum Training in der Halle verwendet (und umgekehrt). Wird zusätzliches Material benötigt, ist dieses bei der Sportlichen Leiterin RAC zu beantragen.
6	Es dürfen keine Veränderungen (Umbau/Erweitern von Geräten, Malen, Spraysen, Anhängen von TRX oder Ähnlichem, fixe Polster an Hantelstangen, etc.) im Krafraum oder an den Geräten vorgenommen werden. Entsprechende Anträge sind an die Sportlichen Leiterin RAC zu stellen.
7	Als Ablage für Trainingspläne und gruppeneigenes Kleinmaterial stehen der Schrank und die Magnetwand beim Eingang des Krafraums zur Verfügung. Es dürfen keine Blätter, Poster, etc. an den Wänden angebracht werden.
8	Schäden sind umgehend der Sportlichen Leiterin RAC zu melden.
9	Bei Nichteinhalten dieser Benutzungsordnung ist mit Entzug des Zugangsbadges und Trainingsverbot zu rechnen.



Benutzungsordnung Werfen allgemein



René Strasser



Wurf allgemein	Nur Medizinbälle dürfen an die Wurfwände geworfen werden. Sie dürfen nicht frei in der Halle (auch nicht Wände oder Fenster) geworfen werden. Nockenbälle, Hallenkugeln, weitere Wurfgeräte dürfen nur im Wurfkäfig geworfen werden.
Athletik	Ein Athletiktraining (Rumpfkrafttraining) mit Medizinbällen als Kraftgewicht kann in der Gruppe im Hallenbereich durchgeführt werden.

Benutzungsordnung Wurfkäfig

Dario Meier

Ausgangslage Anlage	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ausgangslage Wurfkäfig: <ol style="list-style-type: none"> a. Netz und Blache sind in der Position OBEN. b. Die Wurfmatte sind an der Wand neben dem Einsatzort gestapelt. c. Die Wurfplatte ist an der Wand neben dem Einsatzort gestapelt. 2. Nach jeder Nutzung des Wurfkäfigs ist die Ausgangslage zu erstellen.
Allgemein	<ol style="list-style-type: none"> 3. Die Wurfanlage darf nur von Trainern und Trainingsgruppen genutzt werden, welche vorgängig eine Einführung beim technischen Leiter absolviert haben. 4. Die Wurfmatte sind auf die entsprechenden Markierungen zu legen <div style="text-align: center;">   </div> <ol style="list-style-type: none"> 5. Es muss immer zuerst die Wurfblache und dann das Wurfnetz heruntergelassen werden. <ol style="list-style-type: none"> a. Schlüssel müssen im Schloss bleiben. 6. Es ist ein Mindestabstand von 1m zum Wurfnetz einzuhalten. <ol style="list-style-type: none"> a. Gegen die Laufbahn ist eine Abschränkung aufzubauen, wenn parallel gesprintet wird. 7. Es können auch Nockenbälle oder Medizinbälle im Wurfnetz geworfen werden. 8. Beschädigungen sind dem Betreiber zu melden.

<p>Speer</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Für den Speerwurf muss die Wurfblache UNTEN sein. 2. Das Wurfnetz muss OBEN sein. 3. Die Wurfmatte sind zu entfernen! <p>Es darf nur mit speziellen Indoor-Speeren geworfen werden!</p> 
<p>Kugel</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Die Wurfblache und das Wurfnetz sind UNTEN. 2. Der Wurfriem ist auf die entsprechende Markierung zu legen  <ol style="list-style-type: none"> 3. Es darf sowohl mit Hallen- als auch mit Stahl-Kugeln (immer in die Wurfblache) gestossen werden.

<p>Diskus</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Die Wurfblache und das Wurfnetz sind UNTEN. 2. Der Wurfring ist auf die entsprechende Markierung zu legen  <ol style="list-style-type: none"> 3. Es darf sowohl mit Hallen- als auch mit Outdoor-Disken geworfen werden.
<p>Hammer</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Die Wurfblache und das Wurfnetz sind UNTEN. 2. Der Wurfring ist auf die entsprechende Markierung zu legen  <ol style="list-style-type: none"> 3. Es darf sowohl mit Hallen- als auch mit Stahl-Hämmern geworfen werden. 4. Hammerdrähte sind abzukleben!

Benutzungsordnung Sprung

René Strasser

1	<u>Weit- und Dreisprung:</u> Der Sand der Weitsprunganlage muss nach jedem Training durch den Trainer gewässert werden. Nach jedem Training ist der Sand in die Grube zu wischen.
2	<u>Hochsprungmatte:</u> Die Hochsprungmatte wird nach jedem Gebrauch hinter dem Wurfkäfig versorgt.
3	Absprunghilfen sind nach dem Training zu verräumen

Benutzungsordnung Stabanlage

Patrick Schütz

1	Die Benützung der Stabhochsprunganlage erfolgt auf eigene Gefahr. Die Stabhochsprunganlage entspricht den erweiterten Anforderungen von World Athletics für internationale Grossanlässe, entsprechend wird bei Unfällen jede Haftung abgelehnt.
2	Benützung der Stabhochsprunganlage durch Trainer/Athleten nach vorgängiger Instruktion durch Patrick Schütz und/oder Dominik Wellauer.
3	Athleten benutzen die persönlichen Stabhochsprungstäbe und/oder die Stabhochsprungstäbe ihres persönlichen Vereins (LCF/LVW). Nutzung durch Dritte ausschliesslich mit Bewilligung durch Patrick Schütz (LVW/LCF) und/oder Dominik Wellauer (LCF).
4	Stabhochsprungstäbe dürfen nur mit Plastik Endkappe am oberen Ende des Stabes benützt werden. (Akute Verletzungsgefahr für Sprinter und Weitspringer neben der Stabanlage)
5	Zwischen den Sprüngen sind die Stabhochsprungstäbe in Längsrichtung auf der Bahn links neben der Stabanlaufbahn auf der Polanik-Stabablage abzulegen.
6	Magnesia wird ausschliesslich im dafür vorgesehenen Behälter benutzt; Verschmutzungen des Bodebelags sind nach dem Training zu reinigen.
7	Bodenmarkierungen sind (mit Ausnahme der Absprung- und Zwischenmarken) nach jedem Training zu entfernen.

Benutzungsordnung Aussenanlagen Kleine Allmend

René Strasser

1	<p><u>Schlüssel und spezifisches Material der Anlagen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sämtliche Schlüssel und das spezifische Material der Aussenanlagen sind im Aussengeräteraum aufgehängt oder deponiert: <ul style="list-style-type: none"> ○ Hochsprunganlage ○ Stabanlage ○ Aussen-Wurfanlage • Diese Schlüssel / dieses spezifische Material sind in einer entsprechenden Schlüsselbox / Box aufgehängt / abgelegt und inventarisiert. • Die Kurbeln der Wurfanlage sind in einem Kästchen bei der Diskusanlage weggeschlossen.
2	<p><u>Speerwerfen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Auf dem Hauptplatz darf nur Speer geworfen werden. • Bei jeder Einstichstelle ist der Rasen anzudrücken.
3	<p><u>Diskuswerfen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Vor dem Werfen ist das Netz immer höher zu stellen. Nach dem Werfen muss das Netz zwingend auf die ursprüngliche tiefe Netzhöhe zurückgestellt werden (Grund: geringere Angriffsfläche bei starkem Wind zur Verhinderung von Schäden).
4	<p><u>Hammerwerfen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Netzverstellung wie beim Diskuswerfen. Vgl. oben. • Nach jedem Hammerwurftraining sind die Löcher mit Sand aufzufüllen.
5	<p><u>Weitsprung / Dreisprung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Nach jedem Weitsprung- / Dreisprungtraining ist der Sand auszubebnen und die Bahn zu wischen.
6	<p><u>Markierungen auf der Bahn:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Markierungen auf der Bahn (Anlauf, Staffeltraining, etc) sind nach dem Training wieder vollständig zu entfernen.
7	<p><u>Schliessen Aussengeräteraum:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Der letzte Trainer auf dem Platz schliesst den Aussengeräteraum ab.