

Kraftraumordnung



Präambel

Diese Ordnung regelt die Benutzung des Kraftraums im Bootshaus des Ruderverein Lüdinghausen 1925 e.V. Sie soll eine sichere, rücksichts- und verantwortungsvolle Ausübung des Sports sicherstellen. Dazu schließt sie auch alle Geräte, Gegenstände und Funktionen mit ein, die der Raum bereitstellt oder in ihm aufbewahrt werden. Eine Benutzung dieser außerhalb des Raumes wird genauso behandelt, als würde dies innerhalb des Kraftraumes geschehen.

Diese Ordnung ist um Empfehlungen bei der Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie ergänzt worden und sind mit [Corona] gekennzeichnet. Diese beruhen auf:

- [Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 \(Coronaschutzverordnung – CoronaSchVO\) In der ab dem 11. Mai 2020 gültigen Fassung](#)
- [Empfehlungen bei der Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Wegweiser für Vereine](#)
- [DRV: Übergangs-Regeln](#)

Nutzung & Aufsicht

- Die Benutzung des Kraftraums erfolgt auf eigene Gefahr.
- Jeder Benutzer hat sich in das Anwesenheitsbuch einzutragen.
- Der Kraftraum und seine Geräte dürfen nur von unterwiesenen Vereinsmitgliedern ohne explizite Aufsicht genutzt werden.
- Nicht unterwiesenen Personen ist die Benutzung nur unter Aufsicht unterwiesener Vereinsmitglieder gestattet. Die Aufsicht ist im Anwesenheitsbuch einzutragen.
- Mit Ausnahme der Ergometer ist die Nutzung von Geräten und Hanteln nur zulässig, wenn mindestens zwei Personen im Kraftraum anwesend sind.
- Festgelegte Trainingszeiten haben Vorrang vor Einzeltraining.
- [Corona] Für den Kraftraum werden feste Trainingszeiten (Belegungsplan auf Wochenbasis) vereinbart.
- [Corona] Im Kraftraum dürfen sich nur bis zu sechs Personen aufhalten (=wenigstens 10m²/Person).
- [Corona] Die Trainingszeiten müssen bei der Geschäftsführung (Stephan.Sauer@rvlh.de) unter Benennung eines Verantwortlichen („Aufsicht“) beantragt werden.
- [Corona] Der Kraftraum darf nur in der genehmigten Nutzungszeit aufgesucht werden.
- [Corona] Zwischen den Nutzungszeiten wird der Kraftraum mindestens eine halbe Stunde gelüftet.
- [Corona] Der Mindestabstand von 1,5 m wird stets, auch bei der Nutzung von Geräten bzw. Durchführungen, eingehalten.

Hygiene & Sauberkeit

- Der direkte Hautkontakt mit Sitz-, Liege- und Anlehnflächen an Geräten und Liegen ist zu vermeiden.
- Als Unterlage muss immer ein ausreichend großes Handtuch benutzt werden.

- Alle Geräte, Hanteln, Griffe und Display der Ausdauermaschinen müssen nach jedem Gebrauch an den Kontaktstellen desinfiziert werden.
- Der Verzehr von Speisen und Getränken sowie die Benutzung von Magnesia sind innerhalb des Krautraumes nicht erlaubt.
- [Corona] Alle Kontaktflächen sind mit einem desinfizierenden Reinigungsmittel wöchentlich zu behandeln. Die Durchführung ist im elektronischen Fahrtenbuch unter „Vereinsarbeit“ zu dokumentieren.

Ordnung & Geräte

- Grundsätzlich sind alle beweglichen Geräte und Hanteln nach Trainingsende an die dafür vorgesehenen Orte zurückzulegen und zu entlasten.
- In persönlichen Trainingspausen sind die Trainingsgeräte für andere Trainierende zur Verfügung zu stellen.
- Mängel oder Schäden sind in das Anwesenheitsbuch einzutragen und dem Vorstand anzuzeigen.
- Die Musik ist auf eine angemessene Lautstärke zu begrenzen.
- Nach dem Training sind die Stereoanlage und der PC auszuschalten. Der PC ist durch Ziehen des Steckers vom Stromnetz zu trennen, da ansonsten die Ergometer aktiv bleiben! In den Wintermonaten sind zusätzlich alle Fenster zu schließen und die Heizungen runterzuregeln.

Beschlossen durch den Vorstand am 10.06.2020 mit Inkrafttreten zum 11.06.2020.