



Regeln zur Benutzung der Ruderhalle und der Kraftsporträume im HRC

1. Die Halle ist nur mit sauberen Schuhen zu betreten. Es ist nicht gestattet, die Halle mit den gleichen Schuhen zu betreten, mit denen vorher draußen gelaufen wurde, auch wenn diese gereinigt wurden.
2. Dem im aushängenden Belegungsplan gekennzeichneten Gruppen ist Vorrang einzuräumen.
3. Skulls und Riemen sind nach der Benutzung in die dafür vorgesehenen Lager zurückzubringen.
4. Die Kraftsportgeräte und Ergometer sind nur nach ausführlicher Einweisung durch den Kraftraumsonderbeauftragten zu benutzen.
5. Vor jeder Benutzung der Kraftsportgeräte und Ergometer trägt sich der Benutzer in das ausliegende Trainingsbuch ein.
6. Schäden am Becken oder den Geräten sind unverzüglich an den Kraftraumsonderbeauftragten (kraftraum@hrc1880.de) zu melden.
7. Hantelscheiben sind nach der Benutzung wieder in die dafür vorgesehenen Lager zu hängen. Keinesfalls dürfen Hantelscheiben auf dem Boden herumliegen. Kleingeräte sind nach der Benutzung an den für sie vorgesehenen Platz zu räumen.
8. Das Hören von Musik ist nur in einer Lautstärke gestattet, bei der sich keiner der Anwesenden gestört fühlt. Gegebenenfalls ist die Musik ganz abzuschalten.
9. Die Ergometer sind vor jedem Training auf Sauberkeit zu überprüfen, gegebenenfalls ist das Gerät vor der Benutzung zu reinigen, da sich sonst der Dreck festsetzt. Gleiches gilt für das Ruderbecken. Nach der Benutzung werden die benutzten Geräte gereinigt. Reinigungsmittel befinden sich neben den Ergometern.
10. Nach Beendigung des Trainings ist das Licht zu löschen und die Musik auszuschalten. Außerdem sind die Fenster und Türen zu schließen.
11. In der Zeit vom 01.10. bis 30.04. dürfen die Fenster in den Kraftsporträumen nicht geöffnet werden.
12. Beim Gerätetraining soll ein Handtuch benutzt werden. Bei Bedarf sollen die Geräte abgewischt werden. Gleiches gilt für die Gymnastikmatten im Obergeschoss.
13. Jede Benutzergruppe benennt einen Verantwortlichen, der im Nutzungsplan kenntlich gemacht wird. Dieser vertritt die Interessen der Gruppe bei der Zeitplangestaltung und bei eventuellen Unstimmigkeiten zwischen verschiedenen Gruppen.
14. Die Benutzung der Geräte erfolgt auf eigene Gefahr.
15. Eine Missachtung dieser Nutzungsordnung kann zum Entzug der Nutzungserlaubnis für diese Räumlichkeiten durch den Vorstand führen.

Der Vorstand der Ruderabteilung