



Kraftraumetikette für die Nutzung der Krafträume im SLZ/OSP

Liebe Sportlerinnen und Sportler, liebe Kolleginnen und Kollegen,

an einem Trainingszentrum wie dem OSP Niedersachsen / SLZ Hannover begegnen sich im täglichen Training die verschiedensten Sportarten und Disziplinen. Gerade in einem sportartübergreifenden Trainingsbereich wie dem für das Kraft- und Athletiktraining sind neben gegenseitiger Rücksichtnahme und Respekt die folgenden Aspekte zu berücksichtigen:

- Die Nutzung wird durch den für die betreffende Sportart zuständigen Stützpunktleiter mit dem OSP abgestimmt und wird über eine Zugangskarte geregelt. Ohne Zugangskarte besteht keine Zugangsberechtigung. Die Weitergabe an Dritte ist nicht gestattet.
- Überprüfe vor Benutzung der Trainingsgeräte/-mittel stets deren Funktionstüchtigkeit.
- Ein sachgemäßer Umgang mit den Trainingsmitteln schont das Material und gewährleistet einen reibungslosen Trainingsablauf. Beladene Hanteln jeglicher Art sind wieder zu entladen sowie die Trainingsmittel nach Gebrauch immer an den dafür vorgesehenen Aufbewahrungsort (Hantelscheiben-, Kurzhantel-, Ballablage etc.) zurückzubringen.
- Die Verwendung von festen, sauberen Sportschuhen und sauberer Trainingskleidung ist unumgänglich. Straßenschuhe müssen bereits vor Betreten des Raumes gewechselt oder ausgezogen werden.
- Trainings Taschen sowie Kleidungsstücke, die nicht im Training Verwendung finden, sind in den dafür vorgesehenen Umkleidekabinen zu verstauen.
- Das Schwitzen beim Training ist natürlich erwünscht, die Verwendung eines ausreichend großen Handtuches als Unterlage auf Trainingsgeräten und Matten versteht sich daher als Pflicht, gerne ergänzt durch ein Handtuch für den persönlichen Gebrauch während des Trainings.
- Für ein konzentriertes und ungestörtes Training sollte sich die Benutzung des Mobiltelefons auf das Abrufen des Trainingsplans beschränken. Für Telefonate nutzt bitte den Gang außerhalb des Kraftraums.
- Die Musikauswahl bzw. Lautstärke darf nicht als störend oder ablenkend empfunden werden. Nehmt hier bitte Rücksicht aufeinander.
- Aus Sicherheitsgründen besteht ein generelles Verbot von Glasflaschen an den Trainingsstätten.
- Ach ja, die Entwendung von Trainingsgeräten oder -mitteln ist Diebstahl und wird zur Anzeige gebracht.

Bitte denkt immer daran, dass es letztlich allen Leistungssportlern zugutekommt, wenn alle die Einrichtungen mit der gebührenden Sorgfalt und nur zur Ausübung des Sports benutzen.

Bei Zuwiderhandlungen ist der OSP Niedersachsen berechtigt, Zugangskarten zeitweise oder auch dauerhaft zu sperren bzw. die Zugangsberechtigung einzuschränken!

Vielen Dank, Euer OSP-Team