

# Hallenregeln im Landesstützpunkt Turnen

Stand: September 2024





## Allgemeine Regeln im LSP

Für eine **grundsätzliche Ordnung und Hygiene** gelten in der Halle folgende Regeln. Jede Gruppe ist für die Einhaltung **eigenverantwortlich**. Die Hauptverantwortung tragen die Trainer\*innen und die Ansprechpartner\*innen der jeweiligen Gruppe. Der SHTV kann bei einem **wiederholten Fehlverhalten** die Hallenzeit nach vorheriger Rücksprache entziehen und ggf. **Ersatzansprüche gegen den jeweiligen Verein** geltend machen kann.

- Beim Betreten der Halle ziehen wir die **Schuhe** vorne im Eingangsbereich aus. Der Flur zu den Umkleidekabinen darf nicht mit Straßenschuhen betreten werden.
- **Zutritt** zum unteren Gang, den Umkleiden und der Halle haben ausschließlich die aktiven **Trainer\*innen und die Turner\*innen**.
- Durch den **Glaskasten** können die **Eltern** beim Bringen und Abholen einen **kurzen Blick** in die Halle werfen. Eltern, die während der Trainingszeit im Landesstützpunkt bleiben, halten sich in den **Gemeinschaftsräumen** mit **geschlossener Tür** auf. Das Sitzen auf den Tischen im Glaskasten ist nicht gestattet. Auf dem Weg zu den Gemeinschaftsräumen verhalten sich die Eltern möglichst **unauffällig**, um die Konzentration und Sicherheit der Turner\*innen nicht zu stören und zu gefährden.
- Wir hinterlassen **keinen Müll** in der Halle (Tape-Reste, Getränkedosen o.ä.) und halten die Umkleiden sauber.
- Wir laufen mit offenen Augen und konzentriert durch die Halle, damit wir niemandem in den Weg laufen.
- Beim **Verlassen der Halle** schließen wir alle **Außentüren und Fenster** in den Umkleiden und schalten das **Licht** aus.
- Die **Notausgangstür an der Bodenfläche** darf nur in Notfällen geöffnet werden. Anderweitiges Öffnen ist untersagt! Die Tür am Sprung darf zum Lüften geöffnet und muss anschließend wieder geschlossen werden.
- Der gesamte Landesstützpunkt ist eine **Nichtraucherhalle**.
- Die **Fernseher inkl. Apple-TV** dürfen wir nutzen. Wir ändern keine Einstellungen und hängen die Fernbedienung an den vorgesehenen Ort wieder zurück.
- Der **Erste-Hilfe-Koffer** und die Kühlpacks befinden sich im **Glaskasten** und können im Notfall ebenfalls von allen genutzt werden. Wenn wir etwas entnehmen, ist der Standortmanager unverzüglich zu informieren.



## **Gemeinschaftsraum & Küche im 1. OG:**

- Der **Gemeinschaftsraum** und die **Küche** stehen grundsätzlich **allen zur Verfügung**. Sollte eine Gruppe den gesamten Raum allein nutzen wollen, ist eine Reservierung über den Standortmanager mind. 14 Tage vorher erforderlich.
- Wir hinterlassen die Küche in einem **sauberen Zustand** und waschen unser genutztes **Geschirr** selbstständig ab oder stellen es in die Geschirrspülmaschine. Hinzu **wischen** wir die Tische ab und saugen und **wischen**, falls notwendig, den Raum einmal durch.

## **Umkleiden, Duschen & Toiletten:**

- Die Umkleiden für **weiblich (vordere Umkleide)** und **männlich (hintere Umkleide)** sind **getrennt** und entsprechend im unteren Gang ausgeschildert. In beiden Umkleiden gibt es jeweils vier Duschen und eine Toilette.
- Unsere **Taschen** und die **Kleidung**, die wir nicht für das Training benötigen, legen wir in den **Umkleiden** ab. Es dürfen grundsätzlich **keine Taschen mit in den Innenbereich** der Halle genommen werden. Ein kleiner Turnbeutel mit Riemchen ist gestattet.
- Wir **essen und trinken nur** in den **Umkleiden** und nicht in der Halle und auch nicht im unteren Gang.
- Die **Toiletten und Umkleiden** sind immer sauber zu hinterlassen. Es dürfen keine Turnutensilien (z.B. Riemchen) in den Umkleiden liegen gelassen werden. In die Toiletten werden **keine Hygieneartikel** geworfen. Wir nutzen dafür die vorgesehenen Mülleimer.
- Beim **Verlassen** der Umkleide achten wir auf **geschlossene Fenster** und schalten das **Licht aus**.

## Geräte:

- Alle **Geräte und Turnutensilien** sind im Eigentum des SHTV und dürfen **nicht aus der Halle mitgenommen** oder entfernt werden (gilt auch für Magnesia!). Des Weiteren dürfen keine eigenen (Klein)Geräte in der Halle gelagert werden.
- Als Orientierung können wir an vielen Stellen in der Halle Bilder sehen, wie die Halle aussehen soll. Wir halten uns an die Bilder, denn diese helfen uns beim Aufräumen.
- Wir hinterlassen die Halle in **einem ordentlichen Zustand**, damit die nächste Gruppe direkt mit dem Training starten kann und sich jedes Gerät an seinem Platz befindet.
- Wir achten auf die Beschriftungen und Bilder, wo was stehen soll.
- Wir achten darauf, dass alle Matten flach liegen (keine Knicke), damit sie nicht brechen.
- Nach der Nutzung legen wir sämtliche **Matten** (Weichmatten, große Matten, kleine harte Matten) wieder an ihren Ursprungsort zurück.
- Nach der Nutzung stellen wir sämtliche **Kästen** wieder zurück auf den grauen Teppich.

## Boden / Tumblingbahn:

- Wir legen **kleine feste Matten** o.ä. unter Kästen, Sprungbretter, Methodikholme, Minitrampoline und kleine Balken, wenn wir diese auf der Bodenfläche oder auf dem Stück Fläche an der kleinen Grube nutzen.
- Nach der Nutzung räumen wir die Bodenfläche von allen Geräten und Materialien **wieder frei**.
- Die feste **Grube** hinter dem Sprung und der **Tumblingbahn** nutzen wir **nur mit einer zusätzlichen weichen Matte**, damit die Grube keine Risse bekommt.

## Pauschenpferd / Pilz:

- Wir nutzen nur Magnesia und kein Honig am Pauschenpferd.
- Sämtliche Turnpilze stehen grundsätzlich in der Mitte der beiden Sprunganlaufbahnen.

## Ringe:

- Zusätzliche **weiche Matten**, die wir in die **Schnitzelgrube** legen, nehmen wir nach der Nutzung **wieder heraus**.
- Beim Turnen an allen Ringen nutzen wir immer ausreichend **Magnesia** (die Hände / Riemchen müssen vernünftig weiß sein).





## Sprung / kl. Trampolin:

- Die höherverstellbare **Sprunggrube** fahren wir nach jeder Nutzung wieder komplett **runter**.
- Wir halten uns an die **kg-Angaben** auf **Sprungbrettern** und **Trampolinen**. Diese sind auf jedem Sprungbrett auf der Unterseite notiert. Nach Nutzung stellen wir die Sprungbretter sorgfältig und gerade wieder zurück.
- Die **Kleingeräte** (z.B. Handstandbarren) stellen wir nach der Nutzung wieder an die dafür vorgesehenen Bereiche. Die **Turnpilze** stehen mittig auf den Sprunganlaufbahnen.
- Die feste **Grube** hinter dem Sprung und der Tumblingbahn nutzen wir **nur mit einer zusätzlichen weichen Matte**, damit die Grube keine Risse bekommt.

## Gr. Trampolin:

- Da unser Trampolin in die Jahre gekommen ist, ist das große Trampolin an der Grube nur bis zu einem Gewicht von **max. 50 kg**. zugelassen. Allen anderen Turner\*innen ist das Springen auf dem Trampolin untersagt – es besteht ein Verletzungsrisiko!
- Bei der Landung auf der harten Landematte (Richtung Ringe) legen wir immer eine weiche Landematten rauf.

## Barren:

- Beim Turnen an allen Barren nutzen wir immer ausreichend **Magnesia**.
- Die Nutzung von Honig für den hohen Barren ist in Maßen erlaubt.

## Reck:

- Beim Turnen am kleinen und großen Reck nutzen wir immer unsere Reckriemchen mit ausreichend **Magnesia** (die Hände / Riemchen müssen wirklich weiß sein). Das Turnen „nur mit Händen“ ist verboten.
- Das kleine und große **Schlaufenreck** an der kleinen Grube nutzen wir ausschließlich für Schlaufenreck und **ohne Magnesia**.
- Die **Verspannungen lösen** wir **nicht**, denn die Recks sind bereits optimal aufgebaut.
- Zusätzliche **weiche Matten**, die wir in die **Schnitzelgrube** legen, nehmen wir nach der Nutzung **wieder raus**.
- Wir **vermeiden** an den großen Recks **stangennahe Elemente**, damit wir das Magnesia nicht abreiben und nutzen stattdessen die Schlaufenrecks mit den Schlaufen oder das kleine Reck.

## Balken:

- Sämtliche **kleine Balken** nutzen wir auf der Bodenfläche **nur mit einer härteren Matte** als Unterlage, damit der Boden nicht beschädigt wird.
- Alle **Balkenpolster** werden nach Nutzung wieder an den dafür vorgesehenen Ort (siehe Bilder in der Halle) zurückgelegt.

## Stufenbarren:

- Beim Turnen an allen Stufenbarren nutzen wir immer ausreichend **Magnesia** (die Hände / Riemchen müssen wirklich weiß sein).
- Bevor wir den Stufenbarren in der Weite verstellen, lösen wir die **Schiebeverspannungen**. Alle weiteren Verspannungen der Geräte verstellen wir nicht. Wir lehnen uns im Training nicht an die Verspannungen der Geräte.
- Die Schiebeverspannungen dürfen höchstens bis zur **Tape-Markierung** gezogen werden.
- Das **Trainerpodest** am Grubenbarren ist nach Nutzung in einer anderen Höhe wieder auf die **markierte Höhe** zurückzustellen.





## **Du hast noch Fragen?**

Dann komme gern auf unseren  
Standortmanager Arne Voßwinkel zu.

Dieser steht dir per Mail gern zur  
Verfügung: [arne.vosswinkel@shtv.de](mailto:arne.vosswinkel@shtv.de).

