

## Kraftraumreglement

Die neue Kraftraumbenützungsordnung soll mithelfen, ein angenehmes Trainingsklima im Kraftraum zu schaffen.

### 1. Allgemeines

- Die Benützung des Kraftraumes und der darin enthaltenen Geräte erfolgt auf eigene Gefahr. Der Kanu- sowie der Ruder Club Rapperswil-Jona lehnen jede Haftung ab.
- Zutritt zum Kraftraum erhalten nur Aktiv Mitglieder des Kanu- und des Ruderclubs RapperswilJona, sowie Athleten und Trainer der Nationalmannschaft des Schweizerischen Kanu Verbandes.
- Ausserordentliche Benutzungen des Kraftraumes können durch den Kraftraumchef oder seinen Stellvertreter nach Absprache bewilligt werden.

### 2. Kraftraumordnung

- Wer als letztes den Kraftraum verlässt, löscht das Licht, schaltet die Musik aus und schliesst alle Fenster.
- Die Musikanlage darf nur auf Zimmerlautstärke betrieben werden. Lärmemissionen sind zu vermeiden.
- Aus hygienischen Gründen ist das Benutzen eines Handtuches im Kraftraum obligatorisch und das Trainieren in nassen Kleidern verboten.
- Die Kanu- und Ruderergometer sind nach dem Training von Schweiss- und Pulverrückständen zu säubern, die Rudergriffe und Paddelstange in die korrekte Position zu bringen und der Strom- oder Batteriebetrieb auszuschalten.
- Das Abräumen und Versorgen der Gewichte nach dem Training wird als Selbstverständlichkeit erachtet. Es dürfen sich nach dem Training keine Gewichte mehr an den Hantelstangen befinden. Matten, Bälle und übriges Kleinmaterial sind an den dafür vorgesehenen Orten zu versorgen.

### 3. Kraftraumbelegung /-reinigung

- Ein Kraftraumbelegungsplan sowie ein Kraftraumputzplan wird halbjährlich von den Trainern des KCRJ / RCRJ und dem Kraftraumchef und dessen Stellvertreter konzipiert.
- Für die Belegung des Kraftraumes gelten folgende Nutzerkategorien nach ihren Prioritäten:
  1. Priorität: Trainingsgruppen mit fixen Trainingszeiten gemäss Kraftraumbelegungsplan
  2. Priorität: Trainingsgruppen mit ausserordentlichen Trainings unter Trainer- oder Leiteraufsicht
  3. Priorität: Einzelpersonen
- Einzelpersonen haben während Trainings der 1. und 2. Priorität die Trainingsgruppe oder den verantwortlichen Trainingsgruppenleiter zu fragen, welche Kraftraumgeräte ebenfalls genutzt werden können.
- Trainingsgruppen, die feste Trainingszeiten gemäss Kraftraumbelegungsplan haben, verpflichten sich, den Kraftraum gemäss Putzplan zu reinigen.
- Die Benützer des Kraftraumes sind für die Einhaltung obiger Regeln gegenseitig verantwortlich.
- Den Weisungen des Kraftraumchefs oder dessen Stellvertreters ist Folge zu leisten. Bei nicht befolgen dieser Regeln kann der Kraftraumchef oder dessen Stellvertreter die Kraftraumbenützer warnen oder nach Rücksprache mit den Vorständen des KCRJ / RCRJ einzelne Kraftraumbenützer von der Kraftraumbenützung ausschliessen.
- Mutwillige Beschädigungen am Kraftraum und dessen Inventar werden dem Verursacher in Rechnung gestellt.

Das Kraftraumreglement tritt ab 23.10.2005 in Kraft.

Johannes Kunz

Kraftraumchef

Peter Oechsle

Kraftraumchef Stv.