

WOLFGANG-KUCKLICK-HALLE

Verhaltensregeln für den Trainingsbetrieb

Die nachfolgenden Verhaltensregeln ergänzen bzw. konkretisieren die gültigen Nutzungsregeln der WKH.

Allgemein

- Die Halle wird nur mit sauberen Schuhen betreten.
- Trainingsgeräte (z.B. Startblöcke, Hütchen) werden nach Ende der Einheit wieder zurückgebracht.
- Training findet nur innerhalb der zugeteilten Trainingszeiten und nur in der zugelassenen Gruppengröße statt (Ausnahme: Kaderathlet:innen). Auch das Einlaufen findet nicht vorher in der Halle statt.
- Beim Training ist immer ein:e verantwortliche:r und klar identifizierbare:r Trainer:in zugegen. Trainingsgruppen der U20 und Hauptklasse dürfen in Ausnahmefällen ohne Trainer:in trainieren, wenn es dennoch eine:n klare:n Ansprechpartner:in für andere Gruppen gibt.

Innenbereich und Sprintgerade

- Der Aufbau von Hürden, Hütchen etc. sollte zweckmäßig vor dem entsprechenden Training und nicht unnötig lang im Voraus „reservierend“ erfolgen. Der Abbau erfolgt unmittelbar nach Ende der Nutzung und nicht erst zum Ende der Trainingseinheit.
- Ausnahmen von der gewöhnlichen Laufrichtung sollten die absolute Ausnahme bleiben und sind nur wenn trainingsinhaltlich nötig (Schnelligkeitsausdauer-Programme mit kurzer Pause, Zugwiderstandsläufe) zu vollziehen und sollten von den Athleten bzw. deren Trainer proaktiv angrenzenden Gruppen angekündigt werden. Trainer oder gerade pausierende Athleten sollten das Umfeld dabei im Blick behalten.
- Beim Queren der Laufgeraden zu den Tribünen ist stets auf Sprinter zu achten, die Abläufe o.ä. absolvieren wollen. Diese haben „Vorfahrt“.
- Gymnastik-, Dehn- oder Stabi-Übungen sind nicht auf den Laufbahnen (auch nicht Bahn 4 der Laufgeraden) durchzuführen, sondern in den Randbereichen der Halle.
- Startblöcke werden nur am Beginn der Geraden aufgebaut und nicht in deren Mitte.



WOLFGANG-KUCKLICK-HALLE

Verhaltensregeln für den Trainingsbetrieb

Die nachfolgenden Verhaltensregeln ergänzen bzw. konkretisieren die gültigen Nutzungsregeln der LTH.

Rundbahn

- In der Leichtathletikhalle werden in den Haupttrainingszeiten keine Trabpausen auf der Rundbahn absolviert. Für langsames, kontinuierliches Laufen auf der Innenbahn (oder anderen Bahnen) ist die Leichtathletikhalle nicht der richtige Ort.
- Nach Beendigung eines Laufs ist die Rundbahn stets unverzüglich zu verlassen.
- Längere Intervalle (> 200 Meter) werden auf Bahn 1 absolviert. Bahn 2–4 sind für schnelle Intervalle bis 200 Meter gedacht.
- Wenn Startblöcke auf der Rundbahn platziert werden ist ein großes Hütchen mindestens 10 Meter hinter dem Startblock als Markierung/Warnung zu platzieren.
- Ausnahmen von der gewöhnlichen Laufrichtung sind nicht zulässig.
- Grundsätzlich ist beim Queren der Bahn stets ein genauer Blick in beide Richtungen zu werfen, da Sprinterinnen und Sprinter doch manchmal recht schnell unterwegs sind. Für Jugendgruppen erfolgt dieses nur unter der Aufsicht der Trainerinnen und Trainer.

Kraftraum

- Der Zutritt zum Kraftraum ist nur Kaderathlet:innen und nur innerhalb der genehmigten Nutzungszeiten gestattet.
- Der Kraftraum wird stets in einem aufgeräumten Zustand verlassen.

Diese Verhaltensregeln wurden von den ansässigen Vereinen gemeinsam mit dem Hamburger Leichtathletik-Verband verabredet.

