



GEBRUIKSREGELS TURNHAL Zuiderlaan Twello

<<< Betreden van de turnhal mag alleen met “schone gymschoenen” >>>

Beheer van de turnhal

De beheerders van Koepel Sport, Welzijn en Cultuur zijn de beheerders van de turnhal. Zij hebben een controlerende taak en zullen leiding, leden en kaderleden aanspreken als de regels niet worden nageleefd.

Route naar de kleedkamers

De weg naar de kleedkamers 7 en 8 (en evt. 9 voor de heren) is direct bij binnenkomst rechts de gang in. Na het omkleden nemen de turnsters/turners de andere in/uitgang en gaan via de “schone” gang naar de ingang turnhal.

Ouders en andere toeschouwers

De turnhal is niet toegankelijk voor ouders en andere toeschouwers. Zij kunnen via de trap bij de hoofdingang de tribune van de turnhal bereiken en daar plaatsnemen om de verrichtingen in de turnhal te aanschouwen. Voor een drankje kan men naar de kantine (indien gesloten kan gebruik worden gemaakt van het watertapparaat (eigen bidon of beker) in de ontvangstruimte beneden naast de trap).

Niet vóór de training de turnhal in

De turnhal mag pas worden betreden op het ingangstijdstip van de huurperiode en dient op het tijdstip van afloop van de huurperiode verlaten te zijn. Is het nog geen tijd, blijf dan zolang in de gang wachten.

Niet eten en drinken in de turnhal

Eten en drinken in de turnhal is niet toegestaan. Turners/turnsters en train(st)ers kunnen iets eten/drinken in de kantine, in de kleedkamer of in EHBO-ruimte 2.

Huurder neemt zelf magnesium mee

De huurder zorgt zelf voor magnesium!

Gebruik toestellen en achterlaten turnhal

Gebruik van de toestellen alleen door en onder leiding van deskundige leiding!

Na afloop van elke training ruimt elke groep, binnen de huurperiode, zijn gebruikte materialen op en worden de toestellen en matten ordentelijk neergelegd.

Na de training moeten de plaatsen waar magnesium is gebruikt, binnen de huurperiode, met de stofzuiger grondig worden gereinigd.

Materialen en toestellen die geen vaste opstelling hebben, moeten in de berging worden teruggeplaatst op de aangegeven plekken.

Gebruik valkuil

- Niet warmlopen door de kuil
De kuil lijdt er erg onder als grote groepen door de kuil rennen. De hoeken worden dan helemaal stuk getrapt. Wilt u dus 'kuil-rennen' niet als inleiding laten doen?
- Leg een **landingsmatje** op de landingsplaats.
- Laat maximaal 1 of 2 turners/turnsters tegelijkertijd in de kuil. Laat niet toe dat een groep turners of turnsters tegelijkertijd in de kuil springen of spelen.
- Wees alstublieft zuinig op de valkuil; **leg matten op de landingsplekken**, dan kunnen ook anderen de kuil nog jaren gebruiken.

Gebruik van een springplank

Bij het gebruik van een springplank op de vrije oefeningvloer, tumblingbaan en op de mattenvloer bij de toestellen **MOET** het bijbehorende houten plankje er onder worden gelegd.

Gebruik van de minitrampolines

Er mag **NIET** met minitrampolines op de vrije oefeningvloer of tumblingbaan gesprongen worden en deze mogen er uiteraard ook niet op worden geplaatst.

Gebruik aanloopbanen

Aanloopbanen zijn uiteraard alleen bedoeld voor de aanloop bij sprong. Op de aanloopbaan mogen geen zware toestellen, zoals minitrampoline en dubbel-minitrampoline worden geplaatst. De aanloopbanen mogen ook niet worden dubbel gevouwen. Bij een te lange lengte alleen oprollen.

Brug eerst ontspannen voordat je eraan draait

Voordat de brug smaller of breder wordt gedraaid moet de brug eerst ontspannen worden door de spanschuivers langs de kabels naar beneden te schuiven.

De grote trampoline

Op de grote trampoline wordt maar door **één** persoon tegelijk gesprongen!
(Denk aan de **matjes** op de landingsplaats in de valkuil!!!)

Vanggordels

Deze mogen alleen gebruikt worden door deskundige personen.

Airtrack-banen

Het gebruik van de airtrack-banen:

>>>> LOOP NOOIT OVER DE AIRTRACK-BANEN ALS DEZE LEEG ZIJN! <<<<

De airtrack-banen mogen alleen worden opgeblazen door de leiding of, uiteraard, de beheerder. Hij weet waar de spullen liggen en met vragen kunt u altijd bij hem terecht. Na de training de spullen, verlengsnoer en blower(s), weer op de juiste plaats terugleggen.

Berging

Zorg dat de berging ordentelijk blijft! Spullen na gebruik dus op de juiste aangegeven plaats terugplaatsen.

Muziekinstallatie

De aanwezige geluidsinstallatie alleen te bedienen door de leiding. Na afloop van de training alle stekkers uit de stopcontacten en het rolluik sluiten tot op de vloer.

Kleedkamers

Kleedkamers worden ordentelijk achtergelaten en door leiding gecontroleerd op het niet achterlaten van spullen en rommel.

Wat te doen bij alarm?

Zie de gemeentelijke voorschriften met betrekking tot de brandveiligheid Sportpark "Zuiderlaan" en volg bij calamiteiten de aanwijzingen op van de beheerder!

Op het gehele complex is het VERBODEN TE ROKEN.