

REGELN FÜR DIE NUTZUNG DER ASCHENBAHN UND ANGRENSENDEN SEKTOREN

DEUTSCH

Tělocvičná jednota Sokol Rostoky u Prahy

Nutzungs- und Sicherheitsregeln

- Zugang zur Leichtathletikanlage haben Mitglieder von TJ Sokol Rostoky und SK Rostoky (während ihrer Trainingszeiten) sowie genehmigte Einzelmietler. Jugendliche unter 18 Jahren nur in Begleitung eines Trainers.
- Einwohner von Rostoky und Úholičky können die Laufbahn dienstags, donnerstags, samstags und sonntags von 18:00 bis 20:00 Uhr kostenlos nutzen (außer bei Wettkämpfen oder Fußballspielen).
- Aus Sicherheitsgründen ist der Öffentlichkeit die Nutzung der technischen Sektoren (Stabhoch-, Hoch-, Weitsprung, Wurfsektoren) untersagt.
- Trainer/Lehrer sind verpflichtet, Sportler über die Sicherheitsregeln zu belehren.
- Der Zutritt zur Laufbahn und den Sektoren ist nur in sauberen Laufschuhen gestattet.
- Das Betreten der Laufbahn mit Fußballschuhen (Stollen) ist streng verboten, außer beim Holen eines Balls während des Spiels/Trainings.
- Bahn 1 ist ausschließlich für Laufwettbewerbe reserviert. Training und Aufwärmen finden auf den Bahnen 2 bis 5 statt.
- Dornen/Spikes sind bis zu einer Länge von max. 6 mm erlaubt.
- Fahrräder, Tretroller, Rutschfahrzeuge und Inlineskates sind auf der Laufbahn verboten (außer Skates als Zugmittel beim Training).
- Bei Schneebedeckung darf die Laufbahn aus Sicherheitsgründen nicht genutzt werden.
- Das Betreten abgedeckter Hoch- und Stabhochsprungmatten ist verboten.
- Die Weitsprunggrube darf nicht als Kinderspielplatz genutzt werden.
- Aktivitäten abseits der sportlichen Leistung (z. B. Schuhe wechseln, Geräte holen) müssen außerhalb der Sektoren erfolgen.
- Für Hürdentraining sind die Bahnen 3 und 4 reserviert.
- Laufschulungsübungen mit Koordinationsleitern, Hütchen u.ä. dürfen nur auf der Gegengeraden, neben dem Stabhochsprunganlauf oder auf dem Rasen durchgeführt werden.
- Nach Trainingsende sind Geräte und Sektoren aufzuräumen.
- Die Weitsprunggrube ist stets in Richtung der Reinigungsmatte zu verlassen.
- Bei Wurfdisziplinen gelten besondere Sicherheitsregeln. Trainer müssen den Bewegungsbereich kontrollieren.
- Beim Diskuswerfen muss der Schutzbereich geschlossen werden.
- Löcher im Rasen nach dem Werfen (Speer, Diskus) müssen festgetreten werden, um Verletzungen und Rasenschäden zu vermeiden.
- Bei Regen dürfen die Hoch- und Stabhochsprungmatten nicht benutzt werden.
- Bei Überschneidungen mehrerer Trainingsgruppen koordinieren die Trainer die Nutzung.

Genehmigt vom Vorstand des TJ Sokol • Gültig ab 1. Mai 2019

TJ Sokol Rostoky u Prahy