



## Anlage 13

### Trainingsordnung des TC Manta Mainz

*Ziel dieser Trainingsordnung ist, einen sicheren und ordnungsgemäß geführten Trainingsbetrieb in den Schwimmbädern zu gewährleisten. Die jeweiligen Trainingseinheiten werden durch lizenzierte Übungs- und Jugendleiter(innen) durchgeführt.*

- 1) Diese Trainingsordnung setzt die jeweilige Bad- und/oder Hausordnung des Hallenbadbetreibers nicht außer Kraft, sondern ist als Ergänzung zu verstehen.
- 2) Der Trainingsplan wird vom verantwortlichen sportlichen Leiter bzw. Leiterin erstellt und ist für das jeweils laufende Quartal gültig. Die einzelnen Trainingszeiten sind der TCM-Homepage unter "<https://www.tc-manta-mainz.de/training/>" zu entnehmen. Der Trainingsplan ist für **alle** Mitglieder bindend.
- 3) Den Anweisungen des Übungs-/Jugendleiter(in) (ÜL/JL) ist Folge zu leisten.
- 4) Ausschließlich ÜL/JL des TCM e.V. erteilen die Erlaubnis das Hallenbad zu betreten. Desweiteren legt der ÜL/JL den Trainingsablauf fest. In der Regel findet in der 1. Stunde ein geführtes und in der 2. Stunde ein freies Training unter Aufsicht statt, sofern diverse Ausbildungsmaßnahmen dem nicht entgegenstehen.
- 5) Der Aufenthalt im Schwimmbecken ist nur mit Zustimmung des verantwortlichen ÜL/JL zulässig.
- 6) Flossen dürfen nur im Schwimmbecken verwendet werden. Aufgrund der Stolper- und Rutschgefahr ist das Tragen von Flossen außerhalb des Schwimmbeckens nicht gestattet.
- 7) Das Betreten des Geräteraumes im Hallenbad ist nur mit Badeschuhen gestattet. Barfüßiges Betreten des Geräteraumes kann zu Verletzungen führen.
- 8) Das Verlassen der Schwimmhalle während des Trainings ist dem zuständigen ÜL/JL anzuzeigen.
- 9) Gefahrenstellen und Vorkommnisse während des Trainingsbetriebes sind dem ÜL/JL zeitnah zu melden. Er/Sie sorgt nach Möglichkeit für Abhilfe oder gibt die Meldung an das Aufsichtspersonal des Schwimmbades oder dem Vorstand des TCM weiter.
- 10) Tauche nie allein! Das gilt auch im Schwimmbad. Beim Tauchen mit Druckluftgerät muss immer ein Ausbilder / Tauchpartner im Wasser sein, um den Gerätetaucher zu sichern.
- 11) Apnoeübungen (z.B. Streckentauchen / Zeittauchen) sind nur mit entsprechenden Oberflächensicherungen durchzuführen.