



## 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. Das geführte Training wird mit Standard-ABC Ausrüstung durchgeführt. Monoflossen dürfen nur in Absprache mit dem jeweiligen ÜL/JL genutzt werden.
- 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.



## **Anlage 13**

### **Trainingsordnung des TC Manta Mainz**

- 11) Apnoeübungen (z.B. Streckentauchen / Zeittauchen) sind nur mit entsprechenden Oberflächensicherungen durchzuführen.