

BOULDERRAUM

Evang. Kirchengemeinde und CVJM Hülben e.V.

Einverständniserklärung für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren

Name und Vorname: (Erziehungsberechtigte Person(en))

Telefonnummer für Notfälle:

Hiermit erkläre ich mich einverstanden, dass meine Tochter/mein Sohn

Name und Vorname:

Geburtsdatum:

unter Aufsicht eines Boulderguides oder des zuvor eingewiesenen Gruppenmitarbeitenden im Boulderraum des Evangelischen Gemeindehauses Hülben klettern darf.

[Bei externen Gruppen Namen eintragen, wem die Aufsichtspflicht übertragen wird:

_____]

Bitte ankreuzen:

Mein Kind ist physisch, körperlich und kognitiv in der Lage zu bouldern.

Ich habe die „Boulderraum – Benutzerordnung“ mit meinem Kind besprochen.

Ich bin mir bewusst, dass die Benutzung des Boulderraums auf eigene Gefahr erfolgt und keine Haftung für selbstverschuldete Unfälle übernommen wird. Bouldern ist eine Sportart, die mit Verletzungsrisiken verbunden ist, die vom Betreiber, auch bei Einhaltung aller Regeln und der Anwendung großer Vorsicht durch die Boulderer, nicht restlos verhindert werden können.

Ich werde für Schäden an Personen und Sachen, die mein Kind selbst verschuldet, aufkommen müssen.

Während des Boulderns ist den Anweisungen der Boulderguides und GruppenmitarbeiterInnen unbedingt Folge zu leisten.

(Ort, Datum)

(Unterschrift erziehungsberechtigte Person)

Fragen? Einfach bei Jugendreferentin Tina Hering melden: tina-hering@gmx.net oder 0162/4816497



BOULDERRAUM - Benutzerordnung

(Stand 14.07.2015)

Um den Boulderbereich nutzen zu dürfen brauchst Du eine Einverständniserklärung (hierzu gibt es eine „Einverständniserklärung Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren“ und eine „Einverständniserklärung (junge) Erwachsene über 18 Jahre“).

Ohne diese unterschrieben und abgegeben zu haben, ist für Dich das Bouldern hier verboten!!!

VERHALTENSREGELN:

- Bitte bouldere nur mit Kletter- oder sauberen Hallensportschuhen!
(NICHT mit Straßenschuhen, barfuß oder sockig!)
- Nimm keine Gegenstände (wie zB Flaschen, Handy, Essen,...) in den Boulderbereich -> Verletzungsgefahr!
- Halte Dich nicht im Sturzbereich von Boulderern auf, außer Du „spottest“ jemanden.
- Boulder nicht übereinander oder zu nah neben einer anderen Person an derselben Wand, sondern nimm Rücksicht auf andere Boulderer.
- Bitte haltet Euch immer nur mit max. 6 Personen gleichzeitig im Boulderbereich auf.
- Es dürfen keine Tritte und Griffe entfernt, verändert oder neu angebracht werden
(wenn Euch auffällt, dass ein Griff locker ist, meldet es bitte an Tina Hering 0162/4816497)
- Bitte geh sorgfältig mit der Bouldermatte um!
- Nach Benutzung des Boulderraums: Fenster schließen, Matte absaugen, persönliche Gegenstände wieder mitnehmen, ins Boulderbuch eintragen und Licht ausschalten!
- Bei körperlich-einschränkenden Krankheiten, nach dem Konsum von Alkohol, Betäubungsmitteln, Drogen oder ähnlichem darf nicht gebouldert werden!

TIPPS ZUM BOULDERN:

- Bouldern ist eine Sportart, die Technik und Kraft erfordert und ist optimal um Koordination zu üben und sich auszupeinern.
Je nachdem, welche Muskelpartien Du trainieren möchtest ist es sinnvoll vor allem aus den Beinen oder aus den Armen zu bouldern.
- Übung macht den Meister: Probiere Dich aus, trainiere immer wieder an derselben Route und Du wirst nach einigen Versuchen schon einen Erfolg erleben.
(Manche Boulderrouuten starten im Sitzen ☺)
- Probiere Boulderrouuten komplett hoch (und möglichst wieder runter) zu klettern.
- Bevor Du Dich *absichtlich* auf die Matte fallen lässt, prüfe, ob keine Person im Weg steht/sitzt.
- Lass Dich von einer weiteren Person „spotten“.

VIEL SPASS BEIM BOULDERN