Stiftung
SICHERHEIT IM SPORT

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

Handlungsempfehlung zur sicheren Nutzung nicht normierter Sport- und Bewegungsräume für den Sport der Älteren



Impressum

Herausgeber:
Stiftung Sicherheit im Sport
Universitätsstr. 105
44789 Bochum

Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.
Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg

Redaktion:
Claus Weingärtner

Text/Inhalt:
Jörg Bosak
Golo Busch
Dirk Engelhard
Jochen Grahn
Achim Haase
Dr. Georg Schick
David Schulz
Klaus Trojahn
Claus Weingärtner

Druck:
print24, Radebeul

2. Auflage
März 2017

Verwendung nur unter Quellenangabe

Haftungsausschluss:
Die Inhalte dieser Empfehlung sind als unverbindliche Vorschläge zu sehen. Der Nutzer hat selbst für die Eignung der Räumlichkeit bei seinem konkreten Vorhaben und die sachgerechte Umsetzung Sorge zu tragen. Der Inhalt der Empfehlung wurde mit großer Sorgfalt verfasst. Dennoch kann keine Gewähr für die Richtigkeit und die Geeignetheit des Inhalts im Einzelfall übernommen werden. Eine technische/fachliche und wirtschaftliche Prüfung jedes Vorhabens durch fachkundige Personen bleibt daher unentbehrlich. Insbesondere ist zu berücksichtigen, dass zum Zeitpunkt der Veröffentlichung dieser Empfehlung der aktuelle Stand der Technik Berücksichtigung fand. Aus diesen Gründen ist die Haftung des Herausgebers und der Autoren, die an dieser Empfehlung mitgearbeitet haben, ausgeschlossen.



Inhalt

1. Vorwort 5

2. Einführung 7

3. Kriterien für die Nutzung von Räumlichkeiten 9

4. Welche Räume kommen in Frage? 14

5. Geräteeinsatz und -lagerung 16

6. Organisatorische und versicherungsrechtliche Aspekte 17

7. Rechtliche Aspekte 20

8. Personale Aspekte 22

9. Fakten 23
   a. Zum Sport der Älteren 23
   b. Zur Sportstättensituation in NRW 25

10. Zielgruppe dieser Handlungsempfehlung 26

11. Empfehlungen für Sportvereine 27

12. Resümee 27

13. Literaturliste 28

14. Links 29

Anlage:
Checklisten 30




fast track

1. Vorwort

Sport und Bewegung helfen, die Gesundheit zu erhalten, körperlich und auch geistig fit zu bleiben, freie Zeit sinnvoll zu gestalten, soziale Kontakte zu pflegen ... In Anlehnung an Goethes Faust „Der Worte sind genug gewechselt, lasst mich auch endlich Taten sehn!" stellt sich für viele Seniorinnen und Senioren die Frage: Wo gibt es das passende Sport- und Bewegungsangebot für mich? „Für die Sporthalle bin ich zu alt!", „Soll ich noch über einen Kasten springen?", „Der Weg bis zur Sportstätte im nächsten Ort ist mir zu weit!" hört man häufig. Die Hemmschwelle für ältere Personen auf dem Weg zum Sport ist oft hoch.

Im Prinzip eignen sich für den „Sport der Älteren" viele Räume als „Bewegungsräume" (siehe praktische Hinweise in Kapitel 4) und in Kommunen und Quartieren wird über eine „bewegungsfördernde Infrastruktur" nachgedacht. In dieser Handlungsempfehlung geht es speziell um nicht genormte Räume, in denen für kleinere oder größere Gruppen älterer Menschen Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote durchgeführt werden können.

Sportvereine haben zunehmend Schwierigkeiten, ausreichende Sporthallenzeiten kommunaler Einrichtungen zugeteilt zu bekommen und stören sich an kommunal erhobenen – aus Sicht der Vereine zu hohen – Nutzungsgebühren. Doch sind – speziell bei Sport- und Bewegungsangeboten für Ältere – immer die üblichen, genormten Sporthallen erforderlich? Braucht man Fußball-Schusssicherheit im Umfeld? Braucht man normgerecht mit Kasten, Pferd und Ringen ausgestattete Sportstätten für den Sport der Älteren? Ist es nicht so, dass alternative, vielleicht aus anderen Zusammenhängen sogar bekannte Räumlichkeiten, viel eher dazu motivieren, den ersten Schritt auf ein Sport- und Bewegungsangebot hin zu gehen? Gibt es nicht zahlreiche Gemeindesäle, Versammlungsstätten, Veranstaltungsräume, Gemeinschaftsräume, Treffpunktzentren, die auf den ersten Blick geeignet erscheinen, in ihnen Sport und Bewegung anzubieten? Ist es nicht oft sogar so, dass diese sehr zentral liegen und gut erreichbar sind?

Die Frage, ob solche Räumlichkeiten dazu geeignet sind, sie für Sport- und Bewegungsangebote zu nutzen, ist vom Anbieter zu beantworten, in der Regel also dem Sportverein. Er hat die Verantwortung dafür zu übernehmen, dass eine Eignung vorliegt und dass die jeweils ausgewählten Angebote möglichst gefahr- und risikofrei in den Räumlichkeiten stattfinden können.

Das vorliegende Material soll Informationen zu den Bedingungen geben, die – vor allem aus Sicht der Sicherheit und der Vorbeugung von Unfällen – gegeben sein müssen. Es hilft bei der Beurteilung, ob der in Frage kommende Raum grundsätzlich für Sport- und Bewegungsaktivitäten Älterer geeignet ist und was verändert bzw. im Betrieb beachtet werden muss. Es wird eine Hilfe gegeben, welche Inhalte, Sport- und Bewegungsformen möglich sind und welche Voraussetzungen für spezifische Inhalte gegeben sein müssen.

Neben den Grundinformationen und Kriterien zur Beurteilung sind Checklisten angefügt, die sowohl für den verantwortlichen Vorstand auf organisatorischer Ebene, als auch für den/die Übungsleiter/-in Hilfen geben, Situationen und Räumlichkeiten einzuschätzen und das inhaltliche Programm hierauf abzustimmen.

Diese Handlungsempfehlung ist auf die Zielgruppe im Sport der Älteren ausgerichtet. Diese ist sehr breit und reicht von sehr fitten, leistungsfähigen Menschen, die gerade die gefühlte Lebensmitte überschritten haben, bis hin zu Hochaltrigen oder Menschen mit Behinderungen. Sie sind oft eingeschränkt, aber dafür nicht minder motiviert und wollen mit Spaß, Sport und Bewegung ihre Lebensfreude steigern.

Die Autoren und Herausgeber möchten Vereine motivieren, sich nicht durch eine unzureichende und unbefriedigende Sporthallensituation in ihrer Bereitschaft beschränken zu lassen, neue Sport- und Bewegungsangebote für den Sport der Älteren in sicheren Bewegungsräumen einzurichten und so zur Lebensqualität im Alter beizutragen.





2. Einführung

Sportstätten sind in vielen Regionen knapp. Nicht erst seit der Einführung von Ganztagsangeboten, die dem Vereinssport Teilnehmer/-innen wie auch Sportstätten zugunsten von Schulangeboten genommen haben, fehlen sie in vielen Kommunen oder sind in renovierungsbedürftigem Zustand.

Auf der anderen Seite sind normierte Sporthallen, die oft für den Schulsport errichtet wurden, für viele Sport- und Bewegungsangebote gar nicht zwingend nötig. Gerade im Bereich des gesundheitsorientierten Sports, im Rehabilitationssport oder auch im allgemeinen präventiven Sport der Älteren, ist es oft nicht erforderlich, normgerechte Sportstätten zu nutzen.

Zudem können normierte Sportstätten gerade für Neu- oder Wiedereinsteiger im höheren Alter eher eine Hemmschwelle darstellen, da sie sich für den bisher praktizierten Sport oder auch dem medial dargestellten Sport nicht ausreichend fit, jung und mobil fühlen.

Hier sind eher Räumlichkeiten geeignet, die sie aus anderen Zusammenhängen kennen, die ihnen vertraut sind, die verkehrsgünstig liegen, leicht erreichbar und die so gestaltet sind, dass man sich dort wohlfühlen kann. Wenn diese im eigenen Quartier liegen, wenn sie eingebunden sind in andere soziale Zusammenhänge wie Kirchengemeinden, Treffs oder Tagesstätten, ist es leichter, den ersten Schritt zu gehen.

Wie unterscheiden sich solche Sportgelegenheiten von normierten Sportstätten?
Unterschiede liegen in

- der Größe und den Raumformen,
- der Funktion,
- den übliche Nutzungen und
- der organisatorischen Einbindung in einen Gesamtkomplex.

Ziele der Nutzung beziehen sich nicht nur auf einen Defizitausgleich in Bezug auf normierte Sportstätten, sondern können ebenso

- vorhandene Strukturen gezielt nutzen,
- Gewohnheiten zur Motivationssteigerung für Bewegung, Spiel und Sport einbinden,
- an räumlichen Kenntnissen und Erfahrungen ansetzen,
- die Alltagsbewältigung verbessern,
- soziale Aspekte berücksichtigen (Treffpunkt, Kommunikationszentrum) und
- die Grundlage für multifaktorielle Zusammenkünfte bilden.

Geeignete Räumlichkeiten und dazu passende Angebote können die Angst vor einem Einstieg in Sport und Bewegung nehmen und somit die Hemmschwelle herunter-setzen.

Die folgenden Hinweise und Informationen beziehen sich auf den Sport mit Erwachsenen und besonders mit Älteren und Hochaltrigen im Allgemeinen. Für eingeschränkt bewegungsfähige Menschen mit Behinderung oder Erkrankungen müssen weitergehende und speziellere Empfehlungen zu Fragen der Nutzbarkeit von Räumen entwickelt werden.



3. Kriterien für die Nutzung von Räumlichkeiten

Folgende Aspekte sollten in eine Analyse der Eignung einer Räumlichkeit für Sport- und Bewegungsaktivitäten einbezogen werden:

Risikobeurteilung

Vor der Nutzung eines nicht normierten Raumes, in dem Sport- und Bewegungsangebote stattfinden sollen, steht angemessene Risikobeurteilung durch den Anbieter und die/den Übungsleiter/-in. Diese muss einmalig vor der Erstnutzung und dann in verkürzter Form vor jeder Nutzung geschehen. Die Grundlage der im Folgenden aufgelisteten Kriterien sind Anlehnungen an Unfallverhütungsvorschriften und Regeln. Kriterien für die Beurteilung eines Risikos sind der mögliche Schadensumfang, die Wahrscheinlichkeit des Eintritts und der Aufwand für eine mögliche Beseitigung des Mangels bzw. Reduzierung der Gefährdung der Sporttreibenden. Dabei ist zu berücksichtigen, dass die Nichterfüllung einzelner Kriterien die Nutzungsmöglichkeiten drastisch einschränken oder gar eine Nutzung unmöglich machen können.

Erreichbarkeit, Zugang und Wege – Barrierefreiheit

Die Räumlichkeiten sollten gut erreichbar sein. Am besten ist eine fußläufige Erreichbarkeit im Einzugsgebiet. Nicht zu einsame, abends beleuchtete Fuß- und Fahrradwege, die zur Sportstätte führen, geben ein Gefühl der Sicherheit. Förderlich ist eine nahe Anbindung an den ÖPNV mit einer zu Beginn- und Endzeiten des Angebots passenden Taktfrequenz.

Eingangssituation

Das Gebäude selbst sollte Freundlichkeit und Offenheit ausstrahlen. Idealerweise sollte es für den Sport der Älteren barrierefrei sein (Rampen als Alternative zu Eingangstreppen, Aufzüge, Handläufe).

Im Eingangsbereich sollte ein geeigneter Bodenbelag mindestens 80 % des eingetragenen Schmutzes und der Nässe absorbieren, um die Rutschgefahr zu reduzieren. Dabei ist auf die Vermeidung von Stolperstellen zu achten oder auf Bodenunebenheiten deutlich hinzuweisen. Das Vorhandensein des Sport- und Bewegungsraums sollte durch Schilder angezeigt werden, um eine gute Sichtbarkeit/Erreichbarkeit für Rettungskräfte zu ermöglichen. Der Übungsleiter/die Übungsleiterin selbst muss für diesen Fall die genaue Adresse der Lokalität kennen und benennen können.

Einsehbarkeit

Der Bewegungsraum selbst sollte nicht von außen aus einsehbar sein. Jede/r soll die Sicherheit haben, nicht „heimlich" beobachtet zu werden.

Umkleidemöglichkeit

Hier ist zu beachten:

- Sitzmöglichkeiten zum Schuhwechsel (bei Publikumsbetrieb abschließbar)
- Hakenleiste mit verdeckten Haken oder mit Schutzleisten zum Aufhängen von Mänteln/Jacken
- Nach Geschlechtern getrennte Umkleidemöglichkeit, vor allem bei intensiverer Bewegung. Sollte kein Nebenraum vorhanden sein, ist eine Umkleidemöglichkeit/Lagerung der Schuhe/Mäntel/Jacken im Bewegungsraum vorzusehen.

Sanitäre Ausstattung

- Wichtig ist die Nähe zum Bewegungsangebot, um schnelle Erreichbarkeit zu gewährleisten.
- Die sanitären Anlagen sollten sauber und gut ausgestattet sein.
- Der Boden im Sanitärbereich soll rutschhemmend sein.
- Bei Duschwasseranlagen ist die Auslauftemperatur auf max. 40 Grad zu begrenzen (wegen Legionellengefahr muss regelmäßig/mindestens einmal wöchentlich das Warmwasser für mindestens eine Stunde den Wert von 70 Grad überschreiten).

Alle Bewegungsräume sollten gewissen Mindestanforderungen an Wände, Boden, Decke und elektrische Anlagen sowie eine angemessene Raumgröße entsprechen. Fluchtwege sollten sowieso in der normalen Nutzung des Raumes vorgesehen sein und dürfen nicht durch die Nutzung des Raumes als Sportraum verstellt oder behindert werden. Dadurch, dass der Raum als Bewegungsraum genutzt wird, sind i. d. R. keine zusätzlichen Brandschutzmaßnahmen nötig. Bei der Nutzung von Kleingeräten ist darauf zu achten, dass keine Rauchwarnmelder beschädigt werden.



Raumgröße

Die Raumgröße ist abhängig von der Teilnehmerzahl, dem Bewegungsangebot und den Fähigkeiten der Teilnehmenden sowie des Übungsleiters/der Übungsleiterin (ÜL). Werden Kleingeräte benutzt oder bewegungsintensive Angebote durchgeführt, hat das ebenfalls Einfluss auf die Raumgröße. Grundsätzlich gilt hier: besser etwas mehr Platz als zu wenig, besser weniger Teilnehmer/-innen als zu viele. Der Bewegungsanbieter muss vor Ort seine eigene Entscheidung fällen und Risiken abwägen. Zu prüfen ist, ob ggf. Stolper- und „Stoß"-Fallen (v.a. in Kopfhöhe) im Bewegungsraum anzutreffen sind. Diese müssen bei der Gestaltung des Angebots unbedingt und unter Berücksichtigung der optischen Wahrnehmungsfähigkeiten von Älteren beachtet werden, da das periphere Sehen unter Umständen eingeschränkt ist. Ausgeschlossen sind somit Bewegungsformen in der Nähe solcher Hindernisse. Zudem sollten regelmäßig Übungen zur (Raum-)Wahrnehmung durchgeführt werden.

Eine freundliche Farbgebung fördert die Motivation zum Sporttreiben sowie die Atmosphäre in der Gruppe. Vorzusehen sind Sitzgelegenheiten, die bei zeitweiser Überlastung genutzt werden können und die Bewegung der anderen Teilnehmer/-innen weder einschränken noch gefährden. Bei Nichtnutzung müssen sie so gelagert werden, dass sie die normale Raumnutzung nicht behindern (Fluchtwege usw.). Spezielle Netze/Regale für Sitzbälle können z.B. auch in gut erreichbaren Nebenräumen installiert sein.

Türen

Türen in Bewegungsräumen sollten nicht nach innen aufschlagen und so die bereits im Raum befindlichen Personen gefährden. Ihr Glasanteil sollte gering sein. Das Glas sollte bruchsicher sein oder besser aus Sicherheitsglas bestehen. Türgriffe sollten wandbündig sein. Ist dies nicht der Fall, muss das Bewegungsangebot diese Bereiche großräumig aussparen. Dies gilt ebenso grundsätzlich bei verglasten Türen – auch mit Sicherheitsglas.

Fenster

Auch für Fenster gilt das Prinzip der glatten Wand. Von Fenstergriffen, die in den Bewegungsraum hineinragen, ist ein entsprechender Abstand einzuplanen. Die Verglasung selbst sollte möglichst aus Einscheibensicherheitsglas (ESG) bestehen. Ist dies nicht der Fall, können keine Bälle (Ausnahme: Luftballons) oder andere Wurfgegenstände genutzt werden. Günstig ist ein geringer Versatz vom Rahmen zum Glas gemäß dem Prinzip der glatten Wand.

Sollten geöffnete Fenster in den Bewegungsraum hineinragen, sind diese während der Bewegungszeit geschlossen zu halten.

Wände (Wandbehänge, Bilder)

Wände sollten in möglichen Kontaktbereichen eben, glatt und splitterfrei sein. Auf Bilder, Wandbehänge und andere Installationen ist zu achten. Sind Bilder, Wandbehänge und andere Installationen nicht abzuhängen, müssen die Bereiche als Bewegungsfläche ausgespart werden.

Harte Oberflächen erhöhen das Risiko von stumpfen Verletzungen wie Frakturen, Prellungen, Verstauchungen oder gar Schädel-Hirn-Traumata. Fugen dürfen nicht größer als 8 mm sein. Sofern Fingerfangstellen, Ritzen, Öffnungen vorhanden sind, muss die Bewegungsfläche eingeschränkt bzw. darauf abgestimmt werden.

Boden

Jeder Boden sollte eine angemessene Rutschhemmung haben und ohne Dellen oder Stolperstellen im Belag ebenerdig sein. In nicht für Sport konzipierten Räumen sind selten stoßdämpfende Eigenschaften vorhanden. Daher sollten keine Sprünge durchgeführt werden. Auch Hüpfbewegungen sind einzuschränken, um eine Überbeanspruchung der Gelenke zu vermeiden. Zu prüfen ist für die Übungsauswahl das Gleitverhalten, welches das Drehen ermöglichen, aber unkontrolliertes Ausrutschen verhindern soll (Gleitreibbeiwert in „μ" von 0,4 –0,6).

Reinigungsmittel, Flüssigkeiten oder der normgerechte, normale Zweck des Raumes können Auswirkungen auf den Boden haben, etwa auf die Rutschhemmung. Böden mit Blasen, Löchern oder Überständen sind ungeeignet.

Zu achten ist auf das Schuhwerk der Teilnehmenden. Schuhe mit rutschfester, dämpfender Sohle können teilweise einen harten Fußboden kompensieren.

Decke

Die Deckenhöhe sollte über 2,20 Meter sein. Je höher die Decke, desto geringer ist das Risiko, dass in diesem Bereich eine Gefährdung entsteht. Bei der Nutzung von Kleingeräten gilt besondere Vorsicht.

Elektroinstallationen

Elektroinstallationen sollten ohnehin in allen Räumlichkeiten für den normalen, bestimmungsgemäßen Gebrauch geprüft sein. Ebenso sind ortsveränderliche Elektrogeräte wie Musikanlage, Kaffeemaschine oder Radio regelmäßig durch eine Elektrofachkraft zu prüfen. Auch hierfür hat der übliche Nutzer/Unternehmer zu sorgen. Bei Unklarheit sollte vor der ersten Nutzung nachgefragt werden, ob und wann die Überprüfung der Elektrogeräte stattgefunden hat. Ortsveränderliche Elektrogeräte (z. B. Musikanlagen) sollten außerhalb des Bewegungsbereichs platziert werden.

Beleuchtung

Der Bewegungsraum sollte ausreichend beleuchtet sein. Die wenigsten ÜL werden mit einem Messgerät (Luxmeter) ausgerüstet in die neuen Bewegungsräume gehen können. In normierten Sporthallen werden bei Ballspielen 200 Lux, bei schnellen Spielen wie z.B. Badminton 300 Lux gefordert. Spezielle Apps können eine Orientierung geben.

Diese Lichtstärken sind für die Bewegungsangebote für Ältere nicht unbedingt erforderlich. Daher muss eine subjektive Abschätzung der benötigten Helligkeit auch gemeinsam mit dem Sporttreibenden helfen, die richtige Helligkeit zu erzielen. Dennoch führt gerade im Sport der Älteren eine stärkere Beleuchtung ohne Blendung zur Steigerung des Sicherheitsempfindens. Bei direkter Sonneneinstrahlung ist ein Blendschutz angebracht. Zur Gestaltung von Entspannungssituationen sollte die Lichtstärke (idealerweise stufenlos) reduzierbar sein.

Sollten hängende oder nicht wurffeste Leuchtkörper vorhanden sein, ist die Nutzung von Bällen (außer Luftballons) oder anderen Wurfgegenständen ausgeschlossen.

Raumtemperatur/Heizung/Belüftungsmöglichkeiten

Die Belüftung in den als Sport- und Bewegungsräumen genutzten Räumlichkeiten muss der Anzahl der Teilnehmenden und der Intensität der Belastung angemessen sein. Es ist darauf zu achten, dass keine Zugluft oder Abluft aus anderen Bereichen in den Raum eindringen kann. Je nach Jahreszeit muss die Außentemperatur berücksichtigt werden.

Vor der ersten Nutzung der Räumlichkeiten muss geprüft werden, ob die Raumtemperatur beeinflusst werden kann. Heizanlagen, Heizkörper mit Einzelthermostaten usw. können über nicht für den Übungsleiter zugängliche Steuerungseinrichtungen verfügen. Die Herausgeber empfehlen eine Raumtemperatur von 20 Grad. Sollten bewegungsintensive Einheiten durchgeführt werden, reicht eine Temperatur von 18 Grad, bei bewegungsarmen Angeboten (Entspannungsangebote) ist eine Temperatur von 22 bis 24 Grad anzustreben. Auch für Heizkörper gilt das Prinzip der glatten Wand. Idealerweise sind Heizkörper in Nischen oder hinter Verkleidungen platziert.

Raumakustik

Die Raumakustik spielt für die sichere Kommunikation im Bewegungsbereich eine wichtige Rolle. Sofern Einfluss auf die Raumgestaltung genommen werden kann, sollte auf folgende Aspekte geachtet werden:

- nicht zu große Nachhallzeit,
- Aufschaukelung des Schalls vermeiden,
- Schallabsorbierung durch weiche, offenporige Materialien,
- Geräusche der Sporttreibenden sowie Geräusche durch Laufen und Gehen sollen möglichst gering gehalten werden, sofern hierdurch Andere gestört werden könnten.
- Der Einsatz von Musik und Gesang bei Bewegungsangeboten muss bzgl. der Lautstärke entsprechend angepasst sein.



Fluchtwege/Notfallaspekte

Fluchtwege und Notausgänge sind wie in der üblichen Benutzung der Räume jederzeit zugänglich zu halten. Notausgänge müssen ohne Hilfsmittel von innen jederzeit zu öffnen sein; Türen dürfen nicht durch Mobiliar wie Tische oder Stühle verstellt sein.

Für Notfälle muss eine Meldeeinrichtung (Telefon/Mobiltelefon) vorhanden sein (siehe u. a. BGV A 1). Auch sollen die wichtigsten Telefonnummern vorliegen. Zwischen Teilnehmenden und der Leitung muss ein Notfallplan abgesprochen sein. Ideal ist auch eine Notfallkarte mit folgenden Angaben:

- Identifikation des aktuellen Standortes,
- Information über Hilfe bringende Stellen,
- Standort Notfallausrüstung und Laien-Defibrillator,
- Lagerort Erste-Hilfe-Material,
- erreichbare Ersthelfer usw.

vgl. auch VBG-Fachinformation BGI/GUV-I 5142

Brandschutz

Grundsätzlich bestehen in jeder Einrichtung Brandschutzbestimmungen. Diese müssen beachtet werden. Für den ÜL ist entscheidend zu wissen, welcher Weg an einen sicheren Ort führt und wie die Teilnehmer sicher dorthin geführt werden können. Auch die Sporttreibenden müssen wissen, wo sich Feuerlöscheinrichtungen befinden und dass 112 angerufen werden muss.
Im Brandfall geht immer Personenschutz vor Brandbekämpfung. Der ÜL muss sich vergewissern, dass sich keine Personen mehr im Raum befinden.

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick für einen Schnell-Check:

ASPEKT	BEMERKUNGEN
Bedürfnisse der Älteren	Bedürfnisse der Älteren müssen in bestehende Sport- und Bewegungsräume integriert werden, ggf. multifunktionale Nutzung als Treffpunkt der Generationen mit dem Ziel der sozialen Integration
Erreichbarkeit, Zugang und Wege	Anreise erleichtern, Hemmschwelle senken, wohnungsnahe Sportanlagen im Quartier/Stadtteil, Zugang über Fuß-/Radweg, ÖPNV-Anbindung, barrierefreier Zugang (siehe BISp-Forschungsprojekt „Grundlagen zur Weiterentwicklung von Sportanlagen", 2009)
Eingangssituation	offen, freundlich, barrierefrei
Einsehbarkeit	möglichst geringe Einsehbarkeit, kein Schaufenstereffekt
Nebenräume/Umkleidemöglichkeit	ausreichend Platz, um Schuhe und Kleidung zu wechseln und abzustellen bzw. aufzuhängen
Sportgerätelagerung	Schrank für Kleingeräte
Einbauten	möglichst keine Säulen, Wandvorsprünge etc.
Sanitäre Ausstattung	nah am Bewegungsraum, sauber, hell
Raumgröße	Der Raum sollte groß genug sein, um ein gutes Raumgefühl zu ermöglichen, ausreichend Platz für Individualtätigkeiten (z. B. bei Gymnastik). Ein kleiner Raum führt zwangsläufig zu einer intensiveren Betreuung.
Türen	ausreichende Türbreite, möglichst flächenbündig inkl. Türgriffe
Fenster	Öffnungsmöglichkeit bei Bedarf, jedoch darf hierbei nicht der Bewegungsraum eingeschränkt werden
Belüftung	Möglichkeit einer Stoßlüftung
Boden	Vermeidung von Stolperkanten/-fallen Boden nicht zu glatt/zu stumpf (Pflege!)
Elektroinstallationen	Steckdosenschutz
Beleuchtung	hell genug
Raumtemperatur	je nach Vorhaben – ca. 20 Grad. Bei intensiverer Aktivität können 18 Grad reichen, bei ruhigen Aktivtäten werden 22-24 Grad empfohlen
Einrichtung und Atmosphäre	komfortable, angenehme und freundliche Einrichtung und Atmosphäre mit hohem Aufenthaltsniveau werden speziell von Älteren und Frauen wertgeschätzt und bevorzugt; wichtig für Gesundheitssport
Multifunktionale Gestaltung/Dekorierung (z. B. als Gedächtnisparcour)	Doppelnutzen durch atmosphärische Gestaltung und Gedächtnisübungsmöglichkeit
Fluchtwegekonzept	Fluchtwegebeschilderung (Funktionalität auch im Dunkeln z.B. bei Stromausfall)
Erste-Hilfe-Ausstattung	schnell/leicht zugängig
Regeln für die Nutzung	als Vertragsgrundlage und Voraussetzung für die Nutzung publizieren/aushängen

4. Welche Räume kommen in Frage?

Eignungsskala: Eignung von **+++** (sehr gut geeignet für Bewegungsangebote) bis
- - - (als Not-/Ausweichraum mit Einschränkung geeignet)

RÄUME	KURZBESCHREIBUNG DER NUTZUNGSMÖGLICHKEIT (BEISPIELE)
Mehrzweckräume	- Bewegungsangebote mit Musik - Gleichgewichtsschulung - Orientierung im Raum - Kleingeräte möglich (Luftballons, Bälle, Seilchen, Therabänder, Säckchen, Minihanteln) - bei ausreichender Raumhöhe auch Trimilin oder andere Untergründe wie Matten, kleine Stufen
Aufenthaltsräume, Gemeinschaftsräume	Wie Mehrzweckraum, aber mit Tischen und Stühlen - Sitzgymnastikangebote - Bewegungsangebote am Ort/Stuhl - langsame Bewegungen rund um Tische und Stühle - Übungen zur Alltagsverbesserung (Aufstehen/Hinsetzen) - Partnerübungen auf/mit Stühlen - Spiele an Tischen/Tischtennisbälle - zielgruppengerechte Kraft- und/oder Beweglichkeitsübungen
Seminar-räume	Wie Aufenthaltsräume - mögliche Mitbenutzung von Bürostühlen als Sportgerät - Gruppenspiele mit Konsolen/Wii, 1 TN spielt, andere machen ihn nach
Treppenhäuser	- Bewegungen zum Treppensteigen (Alltag) - Kräftigungsübungen - Technikübungen mit Zusatzgeräten (Taschen, Regenschirm) - Koordinationsübungen/links-rechts Beinwechsel, rückwärts, seitwärts steigen - mehrere Stufen in einem Schritt - Treppenschacht nutzen mit Langseil
Treppenanlagen außen	Wie Treppenhaus, nur mit mehr Gruppenaspekten und - Kleingeräten - tippenden Bällen - Kletterseil/Langseil - Treppenwalzer mit Musik - Gruppentreppensteigen nebeneinander - Treppensteigen im Rhythmus mit Partner/Gruppe - Schrittfolgen wie Step-Aerobic
Hausflur	Bewegungsangebote in Fortbewegung möglich mit - kleinen Bällen, Tischtennisbällen - Gleichgewichts-Linien am Boden - einer Wand als Anlehnhilfe - Stationstraining mit Übungsbeschreibungen an der Wand
Umkleiden	- langsame Bewegungen - Wahrnehmungsübungen - Entspannungsübungen als Droschkenkutscher - evtl. Kleingeräte (Wollfäden, Zeitungen)



SICHERHEITSRELEVANZ	BESONDERHEITEN FÜR ÜL	EIGNUNG	RÄUME
Belüftung beachten, Rutschhemmung des Bodens prüfen	Ecken, Kanten, Boden, siehe allgemeine Anmerkungen	+++	Mehrzweckräume
Stühle haben angemessene Reibung zum Boden, Beschädigungen vermeiden, Stühle können bis an Tische heran geschoben werden (Sitzfläche unter Tisch)	ausreichende Bewegungsfreiheit zum Nachbar-TN, Stühle mit geringem Gewicht	++	Aufenthaltsräume, Gemeinschaftsräume
Belüftung, Lärm, Platz zum Nachbarn	Teppichboden mit Unebenheiten usw.	+	Seminar-räume
Treppengeländer 100 cm an jeder Stelle hoch, nur senkrechte Abgrenzung bis Handlauf, keine „Sprossen“ bis Handlauf	Aufsichtspflicht hat besonderen Stellen-wert, TN können evtl. schlecht betreut bzw. korrigiert werden, ausreichend große Treppenabsätze zum Sammeln der TN	+	Treppenhäuser
ab 4 m breite Anlagen mit flachen (10-15 cm), tiefen (sehr gute Eignung ab 40 cm) Stufen mit Mittelgeländer, Bei Einsatz von Bällen Sammelzone am Ende der Treppen sicherstellen	Musikanlage mit Batterie hilfreich	++	Treppenanlagen außen
Beleuchtung, Wände, Bilder, Boden sowie Mindestbreite des Ganges angemessen auswählen	Zugänge bzgl. Querverkehr beachten, andere Verkehre ausschließen	++	Hausflur
fest am Boden verankerte Sitzgelegenheiten prüfen, Belüftung und Beleuchtung beachten, Rutschhemmung des Bodens kennen	hier besonders Übersicht bewahren, Lärm vermeiden	-	Umkleiden

5. Geräteeinsatz und -lagerung

Großgeräte sind für die Nutzung im gesundheitsorientierten Sport der Älteren nicht erforderlich. Geeignet sind gut sichtbare Sportgeräte (besonders wichtig bei „fliegenden" Materialien!). Langsam „fliegende" Materialien sind wichtig für Anfänger (Luftballons, Chiffontücher, Softbälle etc.). Die Geräte/Materialien sollten griffig sein.

Für die Lagerung der Geräte sind sinnvolle Lösungen zu finden. Ideal ist ein abschließbarer Schrank außerhalb der Bewegungsfläche. Zu vermeiden ist die offene Lagerung im Bewegungsraum.

Bei manchen Multifunktionsräumen stellt sich das Problem der Lagerung von Mobiliar. Falls möglich, sollten die Möbel zum Sport-/Bewegungsangebot in einem anderen Raum gelagert werden. Ist dies nicht möglich, ist die Lagerfläche von der Bewegungsfläche deutlich abzutrennen und die Möbel so zu lagern, dass sie keinesfalls in den Bewegungsbereich hineinragen oder gar hineinfallen. Die Gruppe ist auf die Begrenzung des Bewegungsbereichs und die Meidung des Raumes außerhalb dieser Begrenzung hinzuweisen.



6. Organisatorische und versicherungsrechtliche Aspekte

Versicherungen für ein Vereinsangebot „Sport für Ältere"

Im Grunde sind alle Vereinsaktivitäten im Rahmen des Sportversicherungsvertrages der Sporthilfe NRW e.V. versichert, die durch die Satzung des Vereins abgedeckt sind (wobei unterstellt werden muss, dass die Vereinssatzung der Satzung des jeweiligen Fachverbandes und somit des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V. nicht entgegensteht).

Eine Beschreibung der versicherten Veranstaltungen, Unternehmungen und Tätigkeiten entnehmen Sie bitte dem Merkblatt zur Sportversicherung oder fragen Sie im Zweifel Ihr Versicherungsbüro bei der Sporthilfe NRW e.V.

Versicherung der Teilnehmer/-innen

Handelt es sich bei den Teilnehmer/-innen um Mitglieder des Vereins, so besteht für diesen Personenkreis der Versicherungsschutz im Rahmen und Umfang des Sportversicherungsvertrages der Sporthilfe NRW e.V. Versicherungsschutz besteht demnach u. a. bei Unfällen während der aktiven Teilnahme an dem Vereinsangebot und auf dem direkten Wege von der Wohnung zu der Veranstaltungsstätte bzw. vom Veranstaltungsort zum Wohnort.

Nichtmitglieder sind generell nicht versichert. Um auch diesem Personenkreis Versicherungsschutz bieten zu können, besteht für den Verein die Möglichkeit eine Nichtmitgliederversicherung beim Sportversicherer, die ARAG Allgemeine Versicherungs-AG, abzuschließen. Die Nichtmitglieder sind dann während der aktiven sportlichen Teilnahme an den Vereinsveranstaltungen im Rahmen der Sport-Unfall-, -Haftpflicht-, -Rechtsschutz- und -Krankenversicherung des Sportversicherungsvertrages versichert.

Grundvoraussetzung zur Erlangung des Versicherungsschutzes ist in beiden Fällen, dass der Verein Veranstalter und/oder Ausrichter des Sportangebotes ist.

Vor Durchführung der Angebote sollte der jeweilige Verein prüfen, ob nicht bereits eine Nichtmitgliederversicherung besteht.

Gleiches gilt, wenn neben den Vereinen auch Kreissportbünde, Stadtsportbünde, Stadtsportverbände oder Gemeindesportverbände „Sport für Ältere" anbieten. Möglicherweise besteht für diese Anbieter bereits Versicherungsschutz über eine Nichtmitgliederversicherung, die der Landessportbund NRW e.V. bei der ARAG Allgemeine Versicherungs-AG abgeschlossen hat. Fragen Sie im Zweifel Ihr Versicherungsbüro bei der Sporthilfe NRW e.V.

Versicherung des Übungsleiters/der Übungsleiterin

Wird der/die Übungsleiter/-in vom Verein beauftragt, ein entsprechendes Vereinsangebot zu leiten, besteht Versicherungsschutz im Rahmen und Umfang des Sportversicherungsvertrages (insbesondere Unfall, Haftpflicht, Rechtsschutz). Zusätzlich sind Übungsleiter/-innen i. d. R. unter bestimmten Voraussetzungen unfallversichert über den gesetzlichen Unfallversicherungsträger, die Verwaltungs-Berufsgenossenschaft (VBG Hamburg).

Versicherungsschutz für Veranstalter/Ausrichter, die nicht Sportverein sind, und Versicherungsschutz für Übungsleitern/-innen von Sportvereinen, die Veranstaltungen fremder Organisationen anleiten

Vom Grunde her besteht in diesen Fällen kein Versicherungsschutz über den Sportversicherungsvertrag. Sofern es sich jedoch um eine Kooperation zwischen einer Einrichtung (bspw. Altenheim) und dem Verein handelt und zwischen den Partnern ein schriftlicher Kooperationsvertrag existiert, besteht für die vom Verein zu derartigen Maßnahmen delegierten Übungsleiter/-innen Versicherungsschutz gemäß einer Zusatzabsprache zwischen der Sporthilfe NRW e.V. und der ARAG Allgemeine Versicherungs-AG.

Nach wie vor besteht allerdings kein Versicherungsschutz für den externen Partner.

Informieren Sie sich dazu ggf. im Detail beim Versicherungsbüro bei der Sporthilfe NRW e.V.

Räumlicher Geltungsbereich des Versicherungsschutzes

Versicherungsschutz besteht bei der Teilnahme an den versicherten Veranstaltungen auf den (Sport-)Anlagen, die der Verein seinen Mitgliedern, oder den teilnehmenden Nichtmitgliedern für die Sportausübung zur Verfügung stellt.

Bedeutung der „Verkehrssicherungspflicht"

Unter Verkehrssicherungspflicht versteht man die allgemeine Rechtspflicht, dass derjenige, der einen „Verkehr" eröffnet, die notwendigen Schutzvorkehrungen zum Schutze Dritter schaffen muss, also für einen verkehrssicheren Zustand zu sorgen hat. Verkehrssicherungspflichtig ist demnach derjenige, der auf einem Grundstück oder in einer Halle etc. den Verkehr eröffnet, d. h. eine Veranstaltung anbietet.

Haftpflichtversicherung des Vereins als Verkehrssicherungspflichtiger

Im Rahmen der Sport-Haftpflichtversicherung ist auch das sogenannte Haus- und Grundbesitzer-Risiko mitversichert. Versichert ist darin die gesetzliche Haftpflicht des Vereins als Eigentümer, aber auch als Mieter, Pächter, Nutznießer von Grundstücken, Gebäuden, Räumlichkeiten und Einrichtungen, die dem üblichen und gewöhnlichen Vereinsbetrieb dienen.

Haus- und Grundbesitzerhaftpflichtversicherungsschutz bei Angeboten außerhalb der üblichen Sportstätten

Sofern es sich bei dem Angebot um den üblichen und gewöhnlichen Vereinsbetrieb handelt, besteht Versicherungsschutz.

Sportbetrieb in einer nicht normgerechten Sportstätte

Es kommt auf die örtlichen Gegebenheiten an. Grundsätzlich hat der Verein dafür zu sorgen, dass die (Sport-) Anlage für den beabsichtigten Sportbetrieb verkehrssicher ist. Der eingesetzte ÜL ist darüber hinaus verpflichtet, vor Beginn der Übungsstunde die Sportstätte und die eingesetzten Geräte auf einwandfreies Funktionieren zu überprüfen.

Verantwortlichkeiten bei Sportangeboten an einer fremden Sportstätte

Grundsätzlich ist der Verein, der den Verkehr eröffnet, für die Veranstaltung und die Verkehrssicherung verantwortlich. Bestehen Schäden bzw. ist eine gefahrlose Nutzung der Anlage nicht zu gewährleisten, muss zum einem der Eigentümer informiert werden. Zum anderen muss der Vereinsvorstand entscheiden, ob die Sportstätte grundsätzlich zum Sporttreiben genutzt werden kann.

Verantwortlichkeit für die Sicherheit der fremden Sportanlage

Solange der Verein eine fremde Anlage nutzt, wird er wie dessen Eigentümer behandelt, das heißt, dass der eigentliche Eigentümer seine eigene Haftung kraft Vertrages auf den Verein als Nutzer überträgt (Nutzungsvertrag) und eine entsprechende Freistellung von der Haftung verlangt. Die Verpflichtung den fremden Eigen-

tümer von etwaigen gesetzlichen Haftpflichtansprüchen Dritter freizustellen, ist ausdrücklich im Rahmen der Sport-Haftpflichtversicherung eingeschlossen.

Versicherungsschutz bei Diebstahl von Sachen aus der fremden Sportstätte

Der Diebstahl von Sachen aus z. B. Turnhalle, Umkleidekabinen etc. fällt nicht unter den Schutz des Sportversicherungsvertrages.

Versicherung eines verloren gegangenen Schlüssels einer fremden Sportanlage

Die Kosten für neue Schlüssel, den Austausch oder eine notwendige Änderung der Schließanlage wird von der Sport-Haftpflichtversicherung im Rahmen der vertraglichen Versicherungssumme übernommen. Bitte prüfen Sie, ob die Versicherungssumme ausreichend ist. Wenden Sie sich dazu an Ihr Versicherungsbüro.

Versicherung von Schäden an fremden Sportanlagen und deren Einrichtungen

Im Rahmen der Mietsachschadendeckung der Sport-Haftpflichtversicherung sind derartige Schäden während des Vereinsbetriebes grundsätzlich versichert. Es muss allerdings feststehen, dass der Schaden tatsächlich während der Nutzung des Vereins entstanden ist. Deshalb ist es wichtig, dass der zuständige ÜL vor der Benutzung der Sportstätte eine Begehung macht und bereits bestehende Schäden protokolliert. Das gleiche empfiehlt sich vor Verlassen der Anlage.

Nutzungserlaubnis durch den Eigentümer

Der Veranstalter muss mit dem Eigentümer die Form der Nutzung vereinbaren und hierüber möglichst eine schriftliche Vereinbarung treffen.

Träger/Veranstalter

Auf Grund des automatisch vorhandenen Versicherungsschutzes bei offiziellen Vereinsangeboten für Mitglieder wird empfohlen, dass der Sportverein als Träger/Veranstalter fungiert.

Spontane Nutzung eines alternativen Sportraums

Sofern es sich um ein reguläres Vereinsangebot handelt, welches nicht am üblichen Ort stattfinden kann, ist eine Verlegung auch in einen nicht normierten Sportraum möglich. Dies stellt jedoch hohe Ansprüche an den/die verantwortliche/n Übungsleiter/-in, der/die in diesem Fall schnell und effektiv die Räumlichkeit prüfen muss, ob und wenn ja, wie und mit welchen Inhalten in dieser Räumlichkeit Sport- und Bewegungsangebote stattfinden können. Die in Kapitel 3 genannten Prüfkriterien sind zu berücksichtigen.

Eine Verlegung sollte mit dem Vereinsvorstand abgestimmt werden.



Für weitere Fragen zur Versicherung bei Sportorganisationen kontaktieren Sie bitte das
Versicherungsbüro bei der Sporthilfe NRW e.V.
Paulmannshöher Straße 11 a
58515 Lüdenscheid
Tel. 02351 94754-18
Fax 02351 94754-50
E-Mail: vsbluedenscheid@arag-sport.de



7. Rechtliche Aspekte

Die Verantwortung für die Nutzung einer Sportstätte oder eines Raumes, der für ein Sportangebot genutzt wird, trägt der „Unternehmer". Als dieser können Sportvereine fungieren oder auch sonstige Organisationen, die Sportangebote unterbreiten.

Die Pflichten in Hinsicht auf Unfallprävention und Sicherheit sind im Zusammenhang mit Unternehmerpflichten in den Grundsätzen der Prävention festgelegt:

DGUV Vorschrift 1, § 2 Grundpflichten des Unternehmers:
„Der Unternehmer hat die erforderlichen Maßnahmen zur Verhütung von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Erkrankungen sowie für eine wirksame Erste Hilfe zu treffen. Die zu treffenden Maßnahmen sind insbesondere in staatlichen Arbeitsschutzvorschriften und der Unfallverhütungsvorschriften näher beschrieben. Die im staatlichen Recht bestimmten Maßnahmen gelten auch zum Schutz von Versicherten, die keine Beschäftigten sind."

Diese Grundpflichten sind jederzeit unabhängig von der Frage, ob ein normierter Sportraum oder ein nichtnormierter genutzt wird.

Eine Orientierungshilfe, auf welche Aspekte zu achten ist, geben z. B. die von den Unfallversicherungsträgern (Berufsgenossenschaften/Unfallkassen) erlassenen Unfallverhütungsvorschriften:

Beispielhaft seien erwähnt:
- GUV-V-A3/BGV A 3 Elektrische Anlagen und Betriebsmittel
- GUV-SI 8451 Sicherer Schulsport
- GUV-V S 1 Unfallverhütung Schulen Sportstätten
- GUV-SI 8044 GUV-Information Sicherheit im Schulsport
- GUV-SI 8460 Checklisten zur Gefährdungsbeurteilung an allgemein bildenden Schulen

Ergänzt werden diese durch „Regeln der Technik". Hierzu zählen die DIN-Normen, wie z. B.:

- DIN 18032-Teil 1 Grundsätze der Planung und Ausführung von Sporthallen
- DIN 18032 Teil 2 Sportböden
- DIN 18032 Teil 3 Ballwurfsicherheit
- DIN 67526-3 Sportstättenbeleuchtung
- DIN 12193 Licht und Beleuchtung, Sportstättenbeleuchtung
- DIN EN 18040

Auf zu beachtende staatliche Arbeitsschutzvorschriften wie z. B. das Sozialgesetzbuch VII, das Arbeitsschutzgesetz, das Gesetz über Betriebsärzte, Sicherheitsingenieure und andere Fachkräfte der Arbeitssicherheit wird in diesem Zusammenhang nicht eingegangen.

Wie bereits in den vorherigen Kapiteln beschrieben, konzentriert sich die vorliegende Handlungsempfehlung auf Umstände, in denen die Nutzung einer genormten Sportstätte nicht nötig oder nicht gewünscht ist und daher mit der Frage, wie außerhalb genormter Sporträume dennoch ein sicheres Umfeld für Sport und Bewegung hergestellt werden kann.

Unstrittig ist dabei die Verantwortung des Unternehmers (z. B. Sportvereins) für die Planung und Organisation eines sicheren Sportbetriebs.
Hierzu gehören u. a.

- eine gewissenhafte Auswahl und Überprüfung der Räumlichkeit (evtl. dokumentiert),
- eine nutzergerechte Gestaltung, die sicheres Sporttreiben ermöglicht,
- eine regelmäßige sicherheitstechnische Überprüfung
- die gewissenhafte Auswahl des Leiters/der Leiterin sowie
- die Erste-Hilfe-Organisation.

Diese Maßnahmen sollen vor einer Schadensersatzpflicht gemäß § 823 BGB schützen:
„Wer vorsätzlich oder fahrlässig das Leben, den Körper, die Gesundheit, die Freiheit, das Eigentum oder ein sonstiges Recht eines anderen widerrechtlich verletzt, ist dem anderen zum Ersatz des daraus entstehenden Schadens verpflichtet."

Hieraus lässt sich die Verkehrssicherungspflicht ableiten:
„Verkehrssicherungspflichten sind die Vorkehrungen, die derjenige, der eine Gefahrenquelle eröffnet, zu treffen hat, damit andere nicht zu Schaden kommen. Der Pflichtige hat die zur Schadensverhinderung notwendigen und zumutbaren Vorkehrungen zu treffen. Der Sportverein muss also z. B. die Sicherheit einer von ihm betriebenen Sportanlage gewährleisten … Der Bereich der Anlage selbst sowie Zufahrten und Zugänge sind in einem solchen Zustand zu halten, dass Stürze und sonstige Unfälle (aufgrund von Unebenheiten, Rutschgefahr etc.) verhindert werden."[1]

Im Praktischen bedeutet dies, dass jeder, „der eine Sportstätte ‚in den Verkehr bringt' – sei er Besitzer, Eigentümer oder Veranstalter" „für den ordnungsgemäßen Zustand und damit für die Verkehrssicherheit verantwortlich ist. Er hat im Rahmen des Erforderlichen und Zumutbaren die Benutzer vor erkennbaren, konkreten Gefahren zu schützen, die von der Anlage ausgehen können". (vgl. FLL 2014)

Die Maßnahmen zur Erfüllung der Verkehrssicherungspflichten sollen somit dazu dienen,

- Schutz vor Gefahren zu bieten, die über das übliche Risiko bei der Anlagenbenutzung hinausgehen,
- vom Benutzer nicht vorhersehbar sind und
- nicht erkennbar sind.

Dabei ist zu berücksichtigen, dass

- „Sporttreibende ihre Aufmerksamkeit in erster Linie auf die Sportausübung richten und
- die Aufmerksamkeit für Gefahren in der Gruppe nachlässt".[2]

Für mögliche Schadensfälle im Bereich der Haftpflicht wird auf den in Kapitel 6 beschriebenen Versicherungsschutz von Sportvereinen verwiesen.

[1] LSB NRW: Rechtsfragen für Vereinsführungskräfte
www.vibss.de/vereinsmanagement/recht/der-verein/rechtsfragen-fuer-vereinsfuehrungskraefte
[2] Unfallkasse Sachsen BGI / GUV-SI 8468: Schulsportstätten sichern bauen, sanieren, betreiben, Juni 2010



8. Personelle Aspekte für eine Nutzung

So wichtig die objektive Sicherheit von Sporträumen ist, so sehr beeinflusst auch die Leitung eines Sportangebots die Sicherheit und kann durch ihr Verhalten das Sportunfallrisiko eher reduzieren oder eher erhöhen. Ein qualitativ hochwertiges Angebot zeichnet sich bzgl. der Leitung dadurch aus, dass der/die Leitende eine Ausbildung absolviert hat, die ihn/sie auf die Arbeit speziell mit der Zielgruppe der Älteren vorbereitet hat.

Hierzu zählt eine Qualifizierung in sportdidaktischen, sportmethodischen, sportmedizinischen, gerontologischen, psychologischen und organisatorischen Fragestellungen.

Empfohlen wird daher der Einsatz entsprechend qualifizierter, lizenzierter Übungsleiter/-innen oder Sportlehrer/-innen. In aller Regel sind diese auch mit Aspekten der Sicherheit vertraut, die in vielen Ausbildungen vermittelt werden.

Sportverbände bieten zudem oft ergänzende Qualifizierungen in Hinblick auf eine Kompetenz zur sicheren Gestaltung von Sport oder zur Vermeidung von Sportunfällen an.

Gewarnt werden soll vor dem Einsatz nicht qualifizierter Leiter/-innen. Ein Vereinsvorstand hat sicherzustellen, dass das Angebot von einer Person geleitet wird, die auf Basis ihrer Kompetenz ein Angebot bieten kann, das keine Unfälle/Verletzungen mit sich bringt. Bei Verletzen dieser Pflicht zur gewissenhaften Auswahl ist eine Haftpflichtsituation des verantwortlichen Vorstands nicht auszuschließen.

9. Fakten

a) Zum Sport der Älteren

Die Sachstandsanalyse in Bezug auf den Sport der Älteren bezieht sich auf das Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!", das der LSB NRW im Jahr 2011 aufgelegt hat. Hier sind zusammenfassend auf die Entwicklungen und Anforderungen von Sport und Bewegung für Ältere in Bezug auf Sporträume folgende Grundlagen aufgestellt:

Die absolute Zahl der älteren Menschen nimmt zu. Der prozentuale Anteil der über 60-Jährigen an der Gesamtbevölkerung wächst. Der Anteil der hochaltrigen Menschen (80 Jahre und älter) vergrößert sich. Bereits heute ist jede/r vierte Bundesbürger/-in über 60 Jahre alt, in absehbarer Zeit wird es jede/r dritte sein.

Demografisch begründet ergeben sich sozialstrukturelle Veränderungen, die durch Singularisierung, Feminisierung, zunehmende Differenzierung, Ausdehnung der Altersphase und zunehmend auch durch Zuwanderungsgeschichte gekennzeichnet sind.

Durch die steigende Lebenserwartung und den immer noch relativ frühen Eintritt in den Ruhestand verlängert sich die Ruhestandsphase für viele Menschen auf nicht selten 30 Jahre und mehr. Der überwiegende Teil der Älteren erlebt diese Phase bei insgesamt guter Gesundheit und Vitalität.

In Konsequenz für die Sportvereine wird deutlich, dass sich je nach Region, in der sie angesiedelt sind, ein differentes Bild der Nachfrage nach altersgerechten Bewegungs- und Sportangeboten ergeben kann. Dieses Bild wird sich bis auf die Ebene der Stadtteile weiter ausdifferenzieren, je nachdem wie groß der Anteil der dort lebenden älteren Menschen im Stadtteil bzw. Quartier und ihre Affinität zum Sport ist.

2008 lag der Anteil der Personen im Alter von 60 und mehr Jahren bei 25 %. Demgegenüber standen 20,4 % in der Altersgruppe unter 20 Jahren. Bis 2025 wird sich dieses Verhältnis erheblich verändern. Der Anteil der Älteren ab 60 Jahren wird auf 32,4 % steigen, während die unter 20-Jährigen nur noch 17,1 % der Bevölkerung Nordrhein-Westfalens ausmachen werden. Bis zum Jahr 2050 rechnet man sogar mit einem Bevölkerungsanteil von 38,4 %, der 60 Jahre und älter ist. Der Anteil der Hochaltrigen liegt in 2015 bei 5,9 % und wird bis 2050 bei 14,5 % liegen.[6] Im Vergleich dazu werden die unter 20-Jährigen bis 2025 nur noch bei einem Bevölkerungsanteil von 17,1 % und bis 2050 nur noch bei 15,5 % liegen.[3]

Nach den Daten des Robert-Koch-Instituts[4] treiben 15,5 % der über 65-Jährigen Frauen viermal oder öfter in der Woche Sport, bei den Männern sind es 20,2 %. Nach der aktuellen Mitgliederstatistik des Deutschen Olympischen Sportbundes[5] liegt der Organisationsgrad in der Altersgruppe der über 60-Jährigen bei den Frauen bei 13 % und bei den Männern bei 26 %.

Das Bild in der Vereinspraxis vermittelt allerdings einen anderen Eindruck. Hier sind es überwiegend die älteren Frauen, die insbesondere im Bereich der breitensportlichen und gesundheitsorientierten Bewegungsangebote aktiv sind. Die Männer scheinen eher in den Fachsportarten und im Fitnessbereich aktiv zu sein.

Die Mitglieder-Statistik des LSB NRW zeigt von 2013 bis 2016 eine Zuwachsrate in der Altersgruppe 61 Jahre und älter in Höhe von 5,6 %, wobei die Gesamtzahlen der Mitglieder lediglich um 0,1 % gestiegen sind.

Trotz dieser positiven Tendenzen darf jedoch nicht übersehen werden, dass die Arbeit in diesem Aufgabenbereich allein vor dem Hintergrund der Alterung der Gesellschaft intensiviert werden muss und weitere Bedarfe, insbesondere im Bereich der Sport- und Bewegungsräume und der Qualifizierung nach sich ziehen wird (S. 22).

Die Schaffung attraktiver, bedarfsgerechter und insbesondere altersgerechter Sportstätten und Räume zählt zu den Querschnittsaufgaben, mit welchen der Landessportbund NRW die Umsetzung dieses Programms flankiert und stützt (Querschnittsaufgabe Sporträume). Der organisierte Sport übernimmt hier beratende Aufgaben im Bereich der Sportraumentwicklung. Dass diese zukünftig alters- und generationengerecht gestaltet werden müssen und auch hier das Anforderungsprofil der Zielgruppe „Ältere" zu berücksichtigen ist, versteht sich von selbst.

[3] Quelle: Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg) (2009): Der demografische Wandel in Nordrhein- Westfalen Daten und Fakten Düsseldorf: Eigenverlag
[4] Vgl. Robert Koch-Institut (Hrsg): GEDA 2009, Kapitel 5 19 Sportliche Aktivität, Berlin
[5] Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg) (2010) Bestandserhebung, Frankfurt Main: Eigenverlag
[6] https://www.destatis.de/laenderpyramiden/



Für viele Sportvereine ist es zudem nicht leicht, unter den teilweise unzureichenden Rahmenbedingungen, die u. a. durch Sporthallen mit Sanierungsstau, fehlende Kapazitäten im Bäderbereich, unattraktive Übungszeiten und Bewegungsräume gekennzeichnet sind, neue Angebote für die Zielgruppe der Älteren einzurichten. Hier ist Entwicklung und Innovation gefordert.

Ein explizites Teilziel des Programms ist es, dass den Sportvereinen geeignete, ausreichende, wohnortnahe und modern ausgestattete Bewegungsräume und Sportstätten für die sportliche Betreuung der älteren Generation zur Verfügung stehen.

Ein wichtiger Faktor bei der Beurteilung und Akzeptanz von alternativen Sporträumen sind die bei Älteren besonders ausgeprägten Bedürfnisse nach Sicherheit und Unfallfreiheit.

Insofern ist es von Bedeutung, alternative Sporträume daraufhin zu untersuchen und objektiv Sicherheitsaspekte zu realisieren und diese auch sichtbar zu kommunizieren, um die gefühlte Sicherheit zu steigern.[7]

Das Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ bezieht sich seit 2014 auf ALLE Erwachsenen und besonders auf Ältere und Hochaltrige und konzentriert sich auf sechs Handlungsfelder:

- SPORTLICH sein
- Deutsches Sportabzeichen
- FIT sein
- MOBIL/aktiv sein
- GEMEINSAM älter werden
- ENGAGIERT älter werden.

[7] Landessportbund NRW: Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“, Duisburg, 2012

Zur praktischen Umsetzung des Programms werden gezielt einzelne Projekte gefördert, z.B.:
- Sport für Menschen mit Demenz
- Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste
- Gemeinsam sportlich sein
- Bewegende Quartiere.

Die Handlungsfelder und Projekte des Programms sollen durch diese Handlungsempfehlung gezielt unterstützt werden.

b) Zur Sportstättensituation in NRW

Die Handlungsempfehlung orientiert sich an dem Positionspapier, das der Landessportbund NRW Ende 2013 mit dem Titel „Sport- und Bewegungsräume als Grundlage der Sport- und Vereinsentwicklung in NRW" veröffentlicht hat (Im Folgenden zusammenfassende, ausgesuchte Auszüge aus dem Positionspapier).

Hierin wird ausgeführt, dass sich gesellschaftliche Rahmenbedingungen für den gemeinwohlorientierten Sport in Deutschland grundlegend verändert haben. Neben Aspekten wie bspw. demografischen Veränderungen wird der Sanierungsstau bei kommunalen Sportanlagen, die stärkere Nutzungszeitkonkurrenz in den Schulsportstätten durch den schulischen Ganztag sowie der Mangel an bedarfsgerechten Sporträumen z. B. für Angebote im gesundheitsorientierten Sport und den Sport mit Älteren angeführt.

U. a. können folgende Konsequenzen für die Entwicklung des Vereinssports prognostiziert werden:
- Vereine treffen auf reduzierte Sportstättenkapazitäten, da diese am Nachmittag vermehrt von Schulen genutzt werden.
- Nutzer treffen zunehmend auf Sportstätten, die nicht mehr ihren Bedürfnissen und Wünschen entsprechen.
- Vereine betreiben und errichten zunehmend vereinseigene Sportstätten zur Sicherung ihrer Arbeit.
- Sie suchen, nutzen und schaffen verstärkt alternative und ungenormte Bewegungsräume.

Hieraus wird die Forderung abgeleitet: „Neue Räume braucht das Land – von der Turnhalle über den Bewegungsraum zur Bewegungsgelegenheit".

„Neben den regelkonformen Sportstätten für den Schul- und Wettkampfsport werden vermehrt regeloffene, multifunktional nutzbare und kleinräumige Anlagen und Hallen bzw. Räume für den gesundheits- und fitnessorientierten Sport und den Sport der Älteren benötigt. Diese sollten eine hohe Anmutungs- und Gestaltqualität aufweisen, da sich die diesbezüglichen Anforderungen seitens der Nachfrager erhöht haben ...

Besonders in Großstätten mit mehr als 500.000 Einwohnern fühlen sich laut Sportentwicklungsbericht 2009/2010 bereits 9 % der Sportvereine hauptsächlich durch die eingeschränkte zeitliche Verfügbarkeit der Sportstätten in ihrer Existenz bedroht ...

Auch die Übernahme oder Schaffung von Sporträumen für die Nutzung durch die angeschlossenen Vereine können für Bünde eine Alternative darstellen ...

Weitere Beispiele belegen die enormen Vereinsentwicklungsmöglichkeiten durch die Schaffung attraktiver und bedarfsgerechter Sporträume, die häufig einen erheblichen Mitgliederzuwachs zur Folge haben. Dies betrifft vor allem, aber nicht nur Bewegungsräume für den gesundheitsorientierten Sport, den Sport mit Älteren und den Fitnessbereich."[7]

Forderung: „Der Landessportbund NRW hält die Schaffung vereinseigener Sporträume insbesondere mit Blick auf die Umsetzung der Programme „Bewegt GESUND bleiben in NRW!" und „Bewegt ÄLTER werden in NRW!" für eine wesentliche Herausforderung der Sportvereinsentwicklung der kommenden Jahre. Er fordert die Sportvereine auf, die diesbezüglichen Möglichkeiten zu prüfen und unterstützt die Vereine beim Erhalt und der Schaffung von vereinseigenen Sport- und Bewegungsräumen durch eine gezielte Vereinsberatung und die Begleitung und Dokumentation von Modellprojekten."[8]

[8] Landessportbund NRW: Sport- und Bewegungsräume als Grundlage der Sport- und Vereinsentwicklung in NRW, Positionspapier des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen, Duisburg, Dezember 2013



10. Zielgruppe dieser Handlungsempfehlung

Diese Handlungsempfehlung ist speziell auf Sportvereine und auf mit Sportvereinen zusammenarbeitende Einrichtungen für Ältere ausgerichtet. Allgemein wird empfohlen, bei der Planung von Sport- und Bewegungsangeboten im Sport der Älteren auf die Kompetenz und Erfahrung von Sportvereinen zu setzen. Sie haben in der Regel die Fähigkeit, die Realisierbarkeit von Angeboten zu überprüfen und sowohl unter organisatorischen wie inhaltlichen Aspekten ein hochwertiges Angebot sicher zu stellen.

Gerade für eine Erstbeurteilung, was machbar und möglich ist, sind jedoch auch ausdrücklich Einrichtungen angesprochen, die sich um das Wohl von Älteren kümmern und die erkannt haben, dass es sinnvoll und nützlich ist, Sport- und Bewegungsangebote in das Portfolio einer umfassenden Freizeitaktivität gerade von Älteren einzubinden.

Somit sind auch Krankenhäuser, Rehaeinrichtungen, Altentagesstätten und Alteneinrichtungen aufgerufen zu prüfen, ob ihnen Räumlichkeiten zur Verfügung stehen, die sie – möglichst in Kooperation mit Sportvereinen – nutzen können, um Bewegung, Spiel und Sport für Ältere zu fördern und anzubieten.

An dieser Stelle sei nochmals darauf verwiesen, dass speziell auf Menschen mit Behinderung und pflegebedürftige Menschen ausgerichtete Angebote, wie etwa Rehabilitationssport (nach § 44 SGB IX) und niedrigschwellige Hilfe- und Betreuungsangebote (nach § 45b SGB XI), spezielle Rahmenbedingungen erfordern. Diese werden Inhalt einer separaten Handlungsempfehlung sein.

11. Empfehlungen für Sportvereine

Höchstwahrscheinlich wird sich die Anzahl und der Zustand der normierten Sportstätten in den nächsten Jahren nicht flächendeckend verbessern. Insofern wird es für Vereine und andere Anbieter nicht einfach sein, den beschriebenen Herausforderungen in Hinblick auf die Zuwachsraten und weiteren Bedarfe im Sport der Älteren gerecht zu werden. Weiter ist es nicht immer erforderlich – und kann sogar kontraproduktiv sein – im Sport der Älteren wie auch im gesundheitsorientierten Sport lediglich auf normierte Sportstätten zu schauen. Vermutlich wird der Trend zu Sport- und Bewegungsräumen (außerhalb der DIN 18032) sowie zu gut ausgestatteten und ästhetisch gestalteten Gymnastikräumen stark zunehmen – vor allem für den Fitness- und Gesundheitssport (siehe BISp: Grundlagen zur Weiterentwicklung von Sportanlagen).

Vereine und andere Anbieter stehen somit vor der Herausforderung, Analysen zu betreiben, wo in ihrem Umfeld/Quartier/Einzugsbereich Räumlichkeiten vorhanden sind, die den in Kapitel 3 beschriebenen Kriterien gerecht werden.
Hier bietet sich die Suche nach Einrichtungen folgender Art an:

- Gemeindezentren,
- Pfarrzentren,
- Veranstaltungsstätten,
- Veranstaltungsräume in Altenheimen,
- Veranstaltungsräume in Altentageseinrichtungen,
- Bürgerzentren,
- Bildungsstätten,
- leer stehende Ladenlokale,
- ausgediente Backstuben,
- zuvor als Tennis/Badmintonhallen genutzte Gebäude,
- zuvor als Lagerstätte genutzte Räume,
- Lagerräume,
- zuvor als Kirche genutzte Räumlichkeiten und
- aufgegebene Fabrikationshallen.

Der Kreativität auf der Suche nach weiteren Räumlichkeiten sind keine Grenzen gesetzt.

Die Hinweise in dieser Handlungsempfehlung beziehen sich auf den Sport der Älteren – und dies vorrangig im Sportverein bzw. in Kooperationen zwischen Sportvereinen und Alteneinrichtungen oder im Quartier.

12. Resümee

Ziel dieser Handlungsempfehlung ist die Unterstützung und Hilfe bei der Auswahl, Gestaltung und Nutzung von Räumen für Sport, Spiel und Bewegung, die ursprünglich nicht dafür vorgesehen waren. Im Gesamtkontext war es uns wichtig darzustellen, dass diese räumlichen Voraussetzungen von Bedeutung sind. Sie dürfen jedoch nicht andere Fragen dominieren. Doch vielfach stellen sie zunächst eine Anfangshürde bei der Initiierung neuer Angebote dar. „Wenn wir keinen Raum für unser Angebot haben, brauchen wir gar nicht weiter zu denken". So unterstützt diese Handlungsempfehlung bei der Lösung dieses Problems, ohne aus dem Auge zu verlieren, dass organisatorische und vor allem personale Aspekte von ebenso großer Bedeutung sind. Durch sichere und attraktive Räume werden lediglich gute Voraussetzungen geschaffen.

Wir möchten an Sportvereine und andere Einrichtungen, die möglichst mit Sportvereinen zusammen arbeiten sollten appellieren, sich den Herausforderungen des Sports der Älteren zu stellen, neue Angebote zu initiieren und hierdurch auch ein Geschäftsfeld zu entwickeln, das in der Zukunft eine immer größere Bedeutung haben wird.

Nutzen Sie dazu die gegebenen Hinweise und auch die Checklisten, die in der Anlage zu finden sind und die eine pragmatische Hilfe bei der Auswahl und Nutzung nicht normierter Sporträume geben. Wir hoffen, dass diese Handlungsempfehlung dazu beiträgt, die positiven Wirkungen des Sports uneingeschränkt und sicher zur Geltung kommen zu lassen und dass Ihr Mut gestärkt wird, sich auch unkonventionellen Raumlösungen anzunähern.

Wir wünschen Ihnen dabei viel Erfolg!



13. Literaturliste

- Architektenkammer Niedersachsen: Unterlagen zur Fachtagung: Sport braucht Räume. Hannover, 10.11.2015

- Der Bundesminister für Jugend, Familie, Gesundheit: Bewegungsgerechte elementare Einrichtungen für Altersspiel und -sport im Innen- und Außenbereich von Altenwohnheimen und ähnlichen Einrichtungen. Kohlhammer-Verlag Mainz, 1983

- Deutsches Institut für Normung e.V.: DIN 18032-1 Sporthallen – Hallen und Räume für Sport und Mehrzwecknutzung; Teil 1 Grundsätze der Planung. November 2014

- Zeitschrift: Playground&Landscape (2014/01): Dr. Stefan Eckl: Aktiv älter werden

- Forschungsgesellschaft Landschaftsentwicklung Landschaftsbau e.V.: Unterlagen zur FLL-Fachtagung „Verkehrssicherheit auf Sportanlagen". Frankfurt/M, 29.09.2015

- Hübner, Horst: Grundlagen der Sportentwicklung in Wuppertal: Sportverhalten - Sportstättenatlas – Sportstättenbedarf. LIT Verlag Münster, 2008

- Landessportbund NRW: Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!", Duisburg, 2012

- Landessportbund NRW: Sport- und Bewegungsräume als Grundlage der Sport- und Vereinsentwicklung in NRW. Duisburg, Dezember 2013

- Sportministerkonferenz der Länder: Handreichung: Sicherheit in Sportanlagen. 04/2013

- Unfallkasse Sachsen: BGI/GUV-SI 8468: Schulsport. stätten – Sicher Bauen, Sanieren und Betreiben. Meißen, 2010

- Dr. Jörg Wetterich, Institut für Kooperative Planung und Sportentwicklung: Entwicklungen im Sportverhalten – Anforderungen an die Sportinfrastruktur, Stuttgart, 2010. Hrsg.: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung: Grundsätze der Prävention, DGUV 100-001. Mai 2014

14. Links

- Dr. Jörg Wetterich, Stefan Eckl und Wolfgang Schabert: Grundlagen zur Weiterentwicklung von Sportanlagen. In Bundesinstitut für Sportwissenschaft (Hrsg.), BISp-Jahrbuch – Forschungsförderung 2008/09 (S. 343-348). Bonn, 2009

- Wetterich, J., Eckl, S. & Schabert, W. (2009). Grundlagen zur Weiterentwicklung von Sportanlagen. Bundesinstitut für Sportwissenschaft (Hrsg.). Köln: Strauß

- Projektbeirat „Grundlagen zur Weiterentwicklung von Sportanlagen" beim Bundesinstitut für Sportwissenschaft (Herausgeber: Bundesinstitut für Sportwissenschaft, Bonn, überarbeitete Fassung August 2009)

www.sicherheitimsport.de

www.lsb.nrw

www.arag-sport.de

www.dguv.de

www.vbg.de

www.sichere-schule.de/sport/00/01.htm

www.schulsport-nrw.de/sicherheits-und-gesundheitsfoerderung/neu-erlass-sicherheitsfoerderung-im-schulsport/teil-i/2-sicherheitsfoerderung-im-schulsport.html

www.playground-landscape.com/de/home/index.html

www.fll.de

Anlage: Checklisten

Checkliste Erreichbarkeit/Zugang/Wege/Nebenräume

BEACHTUNGSPUNKT	ERGEBNIS OK/NICHT OK	ABHILFE MÖGLICH/NÖTIG
Ist der Sportraum leicht erreichbar? (zentrale Lage im Ort, ÖPNV-Haltestelle in Nähe etc., sichere (Fahrrad-)Wege)		
Gibt es gute, helle, abends beleuchtete Zuwege? Ist der Zugang gut beschildert? Ist der Sportraum leicht zu finden? Gibt es eine gut zugängliche und gut sichtbare Hinweistafel?		
Ist der Eingang barrierefrei? Gibt es Stolperstellen?		
Sind behindertengerechte Parkplätze vorhanden?		
Haben die Türen eine ausreichende lichte Breite und eine angemessene Höhe des Türdrückers?		
Sind die Zugänge gut begehbar und nicht zu steil/zu schräg?		
Sind die Gehwege und die Flure mindestens 1,50 m breit?		
Haben die Treppen beidseitig Handläufe?		
Haben die Wände eine kontrastreiche Gestaltung?		

Checkliste Erreichbarkeit/Zugang/Wege/Nebenräume

BEACHTUNGSPUNKT	NEBENRÄUME/ UMKLEIDEN/ SANITÄRRAUM OK/NICHT OK	ABHILFE MÖGLICH/NÖTIG
Gibt es nach Geschlecht getrennte Umkleideräume/Sanitärräume? Sind die Umkleiden verschließbar?		
Sind Sitzmöglichkeiten und Kleiderhaken vorhanden? Sind die Umkleidebänke standsicher?		
Sind Sanitäranlagen/WCs in der Nähe des Bewegungsraums?		
Ist die Wassertemperatur angemessen und einstellbar?		
Ist es in der Umkleide warm genug (22-24 Grad)? Gibt es Lüftungsmöglichkeiten?		
Ist hier der Fußboden sicher und bei Nässe rutschhemmend?		
Ist das WC behindertengerecht? Gibt es Stützgriffe? Ist an beiden Seiten des WCs eine Bewegungsfläche von 0,90 x 0,70 m vorhanden?		
Gibt es eine Notrufanlage in den Sanitärräumen?		

Checkliste „Bewegungs"-Räume

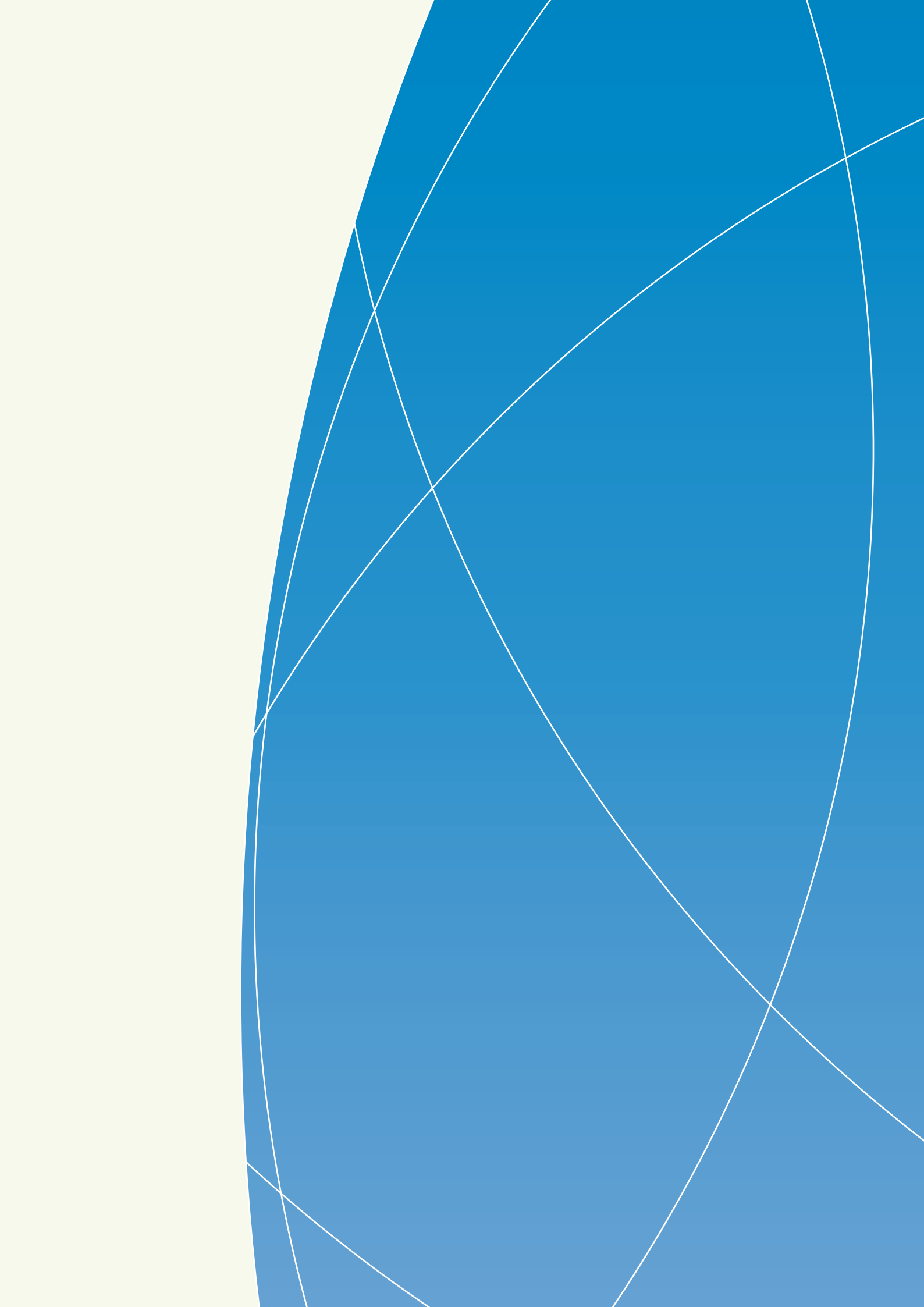
BEACHTUNGSPUNKT	RAUM NUTZBAR/ NICHT NUTZBAR	ABHILFE MÖGLICH/NÖTIG
Ist der Raum groß genug für die Teilnehmerzahl und das Bewegungsangebot?		
Ist der Raum ausreichend hoch?		
Wo ist der Lichtschalter?		
Ist die Beleuchtung für Bewegungsangebote angemessen (hell genug)?		
Kann ich die Heizung beeinflussen und die Temperatur dem Angebot anpassen? (je nach sportlicher Betätigung 18-22 Grad)		
Ist der Fußboden ausreichend trittsicher?		
Ist der Fußboden ausreichend nachgiebig?		
Gibt es Stolperstellen, Unebenheiten?		
Sind die Wände eben, glatt und splitterfrei? (Fugen bis 2 m Höhe max. 8 mm, Ecken abgerundet)		
Stören Tische und Stühle/Mobiliar? Können sie ggfs. in einem anderen Raum zwischengelagert werden?		
Können Fenster geöffnet werden?		
Sind die Fensterflächen und auch die Decke ballwurfsicher, so dass Bälle eingesetzt werden können?		
Öffnet die Eingangstür nach außen, nicht in den Bewegungsraum?		
Gibt es gefährliche Glasflächen?		
Gibt es Heizkörper, die in den Bewegungsraum hineinragen?		
Gibt es Elektrogeräte, die den Bewegungsraum einschränken oder Teilnehmer/-innen gefährden können?		
Ist die Raumakustik so, dass die Teilnehmenden mich jederzeit hören und verstehen können?		
Gibt es beschilderte Rettungswege, Notausgänge? Gibt es einen Fluchtwegeplan?		

Checkliste Treppenhaus/Stufen als Bewegungsraum

BEACHTUNGSPUNKT	TREPPE NUTZBAR/ NICHT NUTZBAR	ABHILFE MÖGLICH/NÖTIG
Sind Stufen ausreichend rutschhemmend?		
Ist der Handlauf am Geländer so gestaltet, dass der er sicher nutzbar ist?		
Ist das Geländer 1 m hoch? (über 12 m Absturzhöhe 1,10 m Geländerhöhe)		
Gibt es Stolperstellen oder unterschiedliche Höhen der Stufen?		
Sind die Treppenabsätze groß genug zum Sammeln der Übungsgruppe?		
Wo sind „störende" Querverkehre zu erwarten?		
Kann ich hier angemessen Aufsicht führen?		

Checkliste Notfall

BEACHTUNGSPUNKT	ERGEBNIS OK/ NICHT OK	ABHILFE MÖGLICH/NÖTIG
Gibt es Erste-Hilfe-Material (Verbandkasten gemäß DIN 13157) und wo befindet es sich?		
Gibt es ein Telefon oder funktioniert hier das Handy?		
Bin ich in der Lage, Erste Hilfe zu leisten?		
Wo sind mögliche Fluchtwege?		
Sind die Fluchtwege frei und von innen zu öffnen?		
Wo ist der nächste Feuerlöscher?		
Wo ist der nächste sichere Ort im Brandfall?		
Wie komme ich mit der Gruppe zum sicheren Ort?		
Können alle Gruppenteilnehmer/-innen sich angemessen dorthin bewegen?		
Kenne ich die genaue Anschrift und Bezeichnung meines Aufenthaltsortes?		
Gibt es einen Laien-Defibrillator in der Nähe?		



Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.
Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg

Tel. 0203 7381-0
Fax 0203 7381-616
E-Mail: Info@lsb.nrw
www.lsb.nrw

Stiftung Sicherheit im Sport
Universitätsstr. 105
44789 Bochum

Tel. 0234 3226084
E-Mail: stiftung@sicherheitimsport.de
www.sicherheitimsport.de

4336/03.2017/500