



**BOULDER BASE  
BREMEN**

Hohweg 5  
28219 Bremen

## ► Hallen-Regeln - allgemeine Sicherheitshinweise und Verhaltensregeln

---

### (1) Verantwortung

Bouldern ist eine Risikosportart und beinhaltet aus diesem Grunde Gefahren. Deshalb erfordert Bouldern ein hohes Maß an Umsicht, Eigenverantwortlichkeit und Rücksichtnahme. Bei Missachtung der Sicherheitshinweise und der Boulder-Regeln kannst Du dich oder andere schwer oder tödlich verletzen. **Du benutzt die Boulderhalle eigenverantwortlich.** Die Boulder Base führt keine Kontrollen durch, ob Du die Sicherheitstechniken beherrscht.

### (2) Rücksichtnahme

Jeder Nutzer hat größtmögliche Rücksicht auf die anderen Nutzer zu nehmen und alles zu unterlassen, was ihn oder andere Nutzer gefährden könnte. Passe dein Verhalten der jeweiligen Situation an. Bouldere nur mit geeigneten Schuhen (also nicht Barfuß oder mit Straßenschuhen). Schau nicht weg, wenn andere Fehler machen. Sprich sie an.

### (3) Abklettern oder Abspringen

Überschätze deine Kräfte nicht und wähle die Kletterhöhe so, dass Du noch sicher landen kannst. Sorge für mehr Sicherheit durch vorsichtiges Abklettern oder kontrolliertes Abspringen (dabei Kollisionen vermeiden). Versuche beim Abspringen möglichst mit geschlossenen Füßen auf beiden Beinen zu landen. Abklettern ist in jedem Fall sicherer und schont Deinen Rücken und Deine Gelenke.

### (4) Hindernisse

Das Abstellen von Rucksäcken oder anderen Gegenständen im unmittelbaren Boulder- und Trainingsbereich ist wegen der Unfallgefahr untersagt. Bitte legt dort keine Sachen ab und haltet den Mattenbereich frei.



## **(5) Gefahrenraum**

Ein der größten Gefahren besteht, darin Du von stürzenden Boulderern getroffen werden kannst. Beachte deshalb unbedingt den Sturzraum über Dir, auch wenn Du nicht boulderst und halte ihn immer frei. Achte selber beim Bouldern darauf, dass Du nicht über jemand Anderem oder zu eng nebeneinander kletterst. Achte bitte besonders auf Kinder.

## **(6) Unfälle**

Jeder ist bei Unfällen zur Hilfeleistung verpflichtet. Bitte informiere unverzüglich das Hallenpersonal. Im Bedarfsfall musst Du dem Hallenpersonal deine Personalien bekanntgeben.

## **(7) Die Halle ist kein Spielplatz**

Beaufsichtige die von Dir begleiteten Kinder die ganze Zeit während Eures Aufenthalts in der Halle. Bitte beachtet besonders, dass das Spielen, Toben und Rennen im gesamten Boulder- und Trainingsbereich aus Sicherheitsgründen verboten ist. Trage keinen Körperschmuck, mit dem Du an Griffen o.ä. hängenbleiben kannst, es könnte zu Verletzungen kommen. Vermeide Verletzungen durch Material: Lass den Chalkbag am Boden oder hänge in Dir ohne Karabiner um und leere deine Taschen vor dem Bouldern. Das Überklettern der Absperrgeländer und der Boulderwände ist wegen der Unfallgefahr untersagt.

## **(8) Alkohol und Drogen**

Bouldere nicht unter Drogen-, Medikamenten- und Alkoholeinfluss.



## (9) Hausordnung

- a. Das Versetzen von Griffen, Trittelementen sowie sonstigen Sicherungspunkten an der Boulder- bzw. Kletterwand ist nicht gestattet. Bitte meldet Beschädigungen (z.B. lose oder beschädigte Griffe) unverzüglich dem Hallenpersonal und beachtet auch abgesperrte Bereiche der Boulder Base – insbesondere wenn neue Boulder geschraubt werden.
- b. Haltet bitte die Innen- sowie Außenanlage der Boulder Base sauber und behandelt die Anlage sorgsam. Werft bitte Eure Abfälle in die vorhandenen Abfallbehälter.
- c. Lasst Eure Tiere bitte zu Hause. Die Mitnahme von Tieren in den Boulder- und Trainingsbereich ist verboten.
- d. Stellt Eure Fahrräder bitte an den Fahrradständern ab. Sie dürfen nicht mit in die Boulder Base genommen werden.
- e. Das Rauchen ist in dem gesamten Gelände der Boulder Base untersagt.
- f. Der Verzehr von mitgebrachten Speisen und Getränken ist in der Boulder Base nicht gestattet. Davon ausgenommen sind Getränke in Sporttrinkflaschen im Boulder- und Trainingsbereich.
- g. Das Hausrecht übt die Geschäftsführung der Boulder Base aus. Den Anordnungen der Geschäftsführung sowie den von Ihnen beauftragten Personen ist Folge zu leisten. Bei Missachtung der obenstehenden Hallen-Regeln behält sich die Boulder Base vor, im Einzelfall den Nutzer von einer weiteren Nutzung der Boulderhalle auszuschließen.