

Veiligheid Regels op de ijsbaan

1. Kleding:
 - Het dragen van handschoenen is verplicht. De trainers hebben een voorbeeldfunctie.
 - Beschermende kleding is gewenst: scheenbeschermers, enkelbeschermers, valhelm.
2. Taak trainers:
 - Trainers spreken elkaar aan op in hun ogen onveilig gedrag van rijders.
 - Trainers instrueren de rijders over het rechts uitrijden op de baan.
 - Het tijdig verlaten van de baan na het trainingsuur. De ijsmeester roept 5 minuten voor de einde van de training met de omroepinstallatie om het einde van de training.
 - Instructie geven aan de rijders op de rechte stukken. Voldoende ruimte laten voor de uitrijders om op de buitenste wedstrijd baan te kunnen blijven rijden.
3. Ongelukken:

Trainers beoordelen de situatie en treden handelend op. Bellen indien nodig de EHBO van Alkmaar Sport 06-52493176. Staat ook vermeld op de binnen boarding bij de entree.
4. Proefstarts:
 - De eerste 30 meter vanuit de bocht niet gebruiken voor het opstellen schaatsers voor de proefstart.
 - Starten binnen de buitenste wedstrijd baan. Versprongen starten, zeker niet naast elkaar.
 - Minimaal 2 meter ruimte laten voor de uitrijders tussen de boarding en de starters.
5. Starten met oefeningen:
 - De rijders moeten altijd over de schouder kijken of er voldoende ruimte is om de oefening te kunnen beginnen.
 - Bij groepsoefeningen moeten alle rijders zelf beoordelen of er ruimte is. Ook de laatste deelnemer.
 - Steigerung oefening alleen beginnen als er voldoende ruimte is. Altijd over de schouder kijken of er voldoende ruimte is.
6. Betreden van het ijs:

De jeugdschaatsers gebruiken alleen de opening bij de publiek kleedkamer (nu nog gesloten ivm bouwwerkzaamheden). De deelnemers van het A08 uur, het uur voor het jeugdschaatsen, gebruiken de kleine opening bij de tribune en de opgang van de ijsdweilmachine. Bij het jeugdschaatsen de jeugd niet op het ijs laten spelen als er nog getraind wordt. De claxon van de dweilmachine geeft het sein dat men op het ijs mag!
7. Aantal deelnemers per groep:

De pupillen groepen op het donderdag trainingsuur A07 mogen niet te groot zijn. Het snelheid verschil tussen de rijders is groot. De pupillen moet hun veilige plaats weten.
8. Gebruik van de baan: .

De inrijbaan en de binnenste wedstrijd baan zijn voor de snelle rijders. De snelste rijders rijden binnen. Daarnaast de minder snelle rijders enz. De buitenste wedstrijd baan is voor uitrijden en het doen van start oefeningen.