

Checklisten:

Energieeffizienz nach Räumlichkeiten im Betrieb

1. Allgemeines

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

| Aufgabe | Erledigt |
|--|----------|
| 1.1 Allgemeine Informationen für Mitarbeitende | |
| Erstellung von Schaltplänen (Planung von Beleuchtung, Lüftung, Heizung und elektronisch betriebenen Angeboten) | |
| Schulung der Mitarbeitenden über energiesparenden Umgang mit elektrischen Geräten | |
| Aufforderung an die Mitarbeitenden, Fehler und Mängel zu melden | |
| Ableitung von Energiesparmaßnahmen (Wechsel von alten energieintensiven Geräten, Anpassung des Wartungsplans, organisatorische Maßnahmen etc.) | |
| 1.2 Allgemeine Informationen für Mitglieder | |
| Erstellung eines Aushängeschildes für Ihre Mitglieder, mit Hinweis auf Energieeinsparungsmaßnahmen | |

2. Sauna, Wellness und Schwimmbad

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

| Aufgabe | Erledigt |
|--|----------|
| 2.1 Wichtig | |
| Getrennte Messung des Verbrauchs energieintensiver Dampfbäder, Saunen oder Schwimmbäder | |
| Identifizierung verschwenderischer Bereiche durch regelmäßige Messung des Verbrauchs | |
| 2.2 Isolierung und Reinigung | |
| Beseitigung von Verstopfungen von Rohren und Filtern der Klima-/Lüftungsanlagen | |
| Regelmäßige Säuberung und Entkalkung der Duschköpfe und Wassererhitzer | |
| Regelmäßige Überprüfung der Einstellungen der Anlagen | |
| 2.3 Mitwirkung der Mitglieder | |
| Erstellung eines Aushängeschildes für Ihre Mitglieder, mit Hinweis auf angepasste Öffnungszeiten aus Energieeinsparungsgründen | |
| 2.4 Zeitregler und Durchflussbegrenzer | |
| Anbringung von Zeitsteuerungsgeräten für Duschen und Haartrockner | |
| Austausch älterer Haartrockner durch energieeffiziente Modelle | |
| Einbau von wassersparenden Armaturen (Durchflussbegrenzer) an Duschen und Wasserhähnen | |
| Sofortige Reparatur tropfender Wasserhähne und Duschbrausen, außer an Niederdruckarmaturen | |
| 2.5 Wärmerückgewinnung | |
| Ausschließliche Verwendung von Luftentfeuchtern mit Wärmerückgewinnung | |
| Überprüfung der Möglichkeit des Einbaus eines Kreuzstromwärmeaustauschers | |
| Senkung der Filter-/Spülwassertemperatur auf 15 bis 16 Grad (ohne Reduzierung des Spülwassereinsatzes) | |
| Durchführung der Energierückgewinnung vor der Spülung | |
| Prüfen Sie auch bei der Sauna, ob sich eine Wärmerückgewinnungsanlage realisieren lässt | |

| 2.6 Heizung | Erledigt |
|---|----------|
| Reduzierung der Raumtemperatur auf 20-22 Grad (Kann weiter gesenkt werden, wenn Woldecken bereitgestellt werden); Absenkung der Raumtemperatur um 1 Grad = 6% Energieeinsparung | |
| Erstellung von Hinweisschildern, die Mitglieder darauf hinweisen, Türen und Fenster für einen effizienten Betrieb der Heizung geschlossen zu halten | |
| Sicherstellen, dass das Heizthermostat nur durch verantwortliche Mitarbeitende verstellt werden kann | |
| Elektronische Thermostatventile wenn möglich einbauen | |
| Drosselung der Temperaturen (Finnische Sauna auf mindestens 80 Grad, Bio-Sauna um 10 Prozent) | |
| Einsparung von Heizkosten durch Anpassung der Öffnungszeiten (Bitte beachten Sie: Ihre Mitglieder haben Anspruch auf ein Minderungsrecht, wenn Sie dies einfordern. Weisen Sie Ihre Mitglieder freundlich auf die vorgenommenen Anpassungen hin.) | |
| 2.7 Lüftung | |
| Regelmäßige Wartung der Lüftung (verhindert Kondenswasserbildung) | |
| Automatische Regelung der Lüftung nach benötigter Luftzufuhr | |
| Regulierung des Luftaustausches auf das neun- bis elffache pro Stunde bzw. auf ein möglichstes Minimum; Luftaustausch eventuell erst 1 bis 2 Stunden nach Öffnung beginnen | |
| 2.8 Erdgas-, Holz- und Infrarot-Sauna | |
| Prüfen Sie, ob diese Technologien für Ihren Betrieb eine Alternative darstellen | |
| 2.9 Dampfbad | |
| Feste Betriebszeiten festlegen (Bereitschaftszustand nicht energieeffizient) | |
| 2.10 Massageduschen | |
| Soweit möglich: Rückgriff auf Duschsysteme mit geschlossenem Wasserkreislauf | |
| 2.11 Wassertemperatur | |
| Konstanthaltung der Luft- und Wassertemperatur in Schwimmhallen (Temperatur möglichst niedrig halten) | |
| 2.12 Abdeckung der Pools | |
| Nachts: Abdeckung des Pools mit einer Plane | |
| 2.13 Wasseraustausch | |
| Regelmäßige Erneuerung und Austausch des Beckenwassers (30 Liter Frischwasser pro Badegast) | |
| Nutzung der Abwärme des Becken- und Spülwassers mit Wärmetauschern oder Wärmepumpen (Haustechniker/in befragen) | |
| Vermeidung unnötiger Wasserverdunstung im Hallenboden (Wasser kann schnell abfließen) | |
| Reduzierung der Leistung von Umwälz- und Filterpumpen (nachts reichen 30 Prozent Umwälzleistung) | |

3. Sanitärbereiche

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

| Aufgabe | Erledigt |
|--|----------|
| 3.1 Heizung | |
| Regulierung der Heizung auf 19 Grad (sofern eigene Regelung möglich, ansonsten siehe Umkleidebereich); Absenkung der Raumtemperatur um 1 Grad = 6% Energieeinsparung | |
| Sicherstellen, dass das Heizthermostat nur durch verantwortliche Mitarbeitende verstellt werden kann | |
| Elektronische Thermostatventile wenn möglich einbauen | |
| 3.2 Lüftung | |
| Anbringung von Bewegungs- und Zeitmelder (achten Sie auf energiesparendes Lüften) | |
| 3.3 Beleuchtung | |
| Anbringung von Bewegungs- und Zeitmelder (achten Sie auf energiesparende Beleuchtung) | |
| Nutzung von Tageslicht | |
| Austausch von Halogen-Spots durch LED-Spots | |
| Abschaltung dekorativer Elemente (in der Nacht) | |
| 3.4 Weitere Energieeinsparungen | |
| Erstellung eines Prüfplans für Toiletten | |
| Austausch von elektrischen Händetrocknern durch Papierhandtücher | |
| 3.5 Wassernutzung | |
| Ausstattung von WC-Spülungen mit Sparmodus | |
| Verwendung von sensorgesteuerten Urinalen (alternativ: Verwendung wasserloser Urinale) | |
| Installation sensorgesteuerter Waschbecken/ Armaturen | |
| Überprüfung der Nutzung von Brauch- oder Regenwasser | |
| Umgehende Reparatur kaputter Wasserhähne und undichter Spülungen | |
| Erstellung eines Prüfplans für Toiletten | |
| Senkung der Grundtemperatur des Wassers im Toilettenbereich (Händewaschen mit Kaltwasser) | |

4. Umkleiden

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

| Aufgabe | Erledigt |
|---|----------|
| 4.1 Heizung | |
| Senkung der Grundtemperaturen (Umkleide Frauen: Temperatur auf 20-22 Grad senken, Umkleide Männer: Temperatur auf 19 bis 20 Grad senken); Absenkung der Raumtemperatur um 1 Grad = 6% Energieeinsparung | |
| Erstellung von Hinweisschildern, die Mitglieder darauf hinweisen, Türen und Fenster für einen effizienten Betrieb der Heizung geschlossen zu halten | |
| Sicherstellen, dass das Heizthermostat nur durch verantwortliche Mitarbeitende verstellt werden kann | |
| 4.2 Lüftung | |
| Regulierung des Luftaustausches auf das neun- bis elffache pro Stunde; Luftaustausch eventuell erst 1 bis 2 Stunden nach Öffnung beginnen | |
| 4.3 Beleuchtung | |
| Nutzung von Tageslicht | |
| Austausch von Halogen-Spots durch LED-Spots | |
| Abschaltung dekorativer Elemente (in der Nacht) | |
| 4.4 Weitere Energieeinsparungen | |
| Einstellung einer Zeitsteuerung für Haartrockner | |
| Austausch älterer Haartrockner durch energieeffiziente Modelle | |
| 4.5 Wassernutzung | |
| Regelmäßige Säuberung und Entkalkung der Duschköpfe und Wassererhitzer | |
| Regelmäßige Überprüfung der Einstellung dieser Anlagen | |
| Einstellung einer Zeitsteuerung für Duschen | |
| Einbau von wassersparenden Armaturen (Durchflussbegrenzer) an Duschen und Wasserhähnen, um den Wasserverbrauch um mindestens 20 Prozent zu senken | |
| Sofortige Reparatur tropfender Wasserhähne und Duschbrausen (außer an Niederdruckarmaturen) | |
| Senkung der Grundtemperatur der Wasseraufbereitungsanlage um 10 Prozent (Legionellen berücksichtigen) | |
| Verkürzung der Dusch-Intervalle (bei Frauen auf 15-20 Sekunden, bei Männern auf 10-15 Sekunden) | |

5. Cardio- und Krafttraining

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

| Aufgabe | Erledigt |
|---|-----------------|
| 5.1 Heizung | |
| Senkung der Raumtemperatur auf 18 bis 19 Grad; Absenkung der Raumtemperatur um 1 Grad = 6% Energieeinsparung | |
| Erstellung von Hinweisschildern, die Mitglieder darauf hinweisen, Türen und Fenster für einen effizienten Betrieb der Heizung geschlossen zu halten | |
| Sicherstellen, dass das Heizthermostat nur durch verantwortliche Mitarbeitende verstellt werden kann | |
| 5.2 Lüftung | |
| Regulierung der Luftaustausches (im Krafttrainingsbereich auf zweifachen Luftaustausch pro Stunde und im Cardibereich auf fünffachen pro Stunde) | |
| Durchführung von Stoßlüftungen (gekippte Fenster vermeiden) | |
| Erstellung von Hinweisschildern, die Mitglieder darauf hinweisen, Türen und Fenster für einen effizienten Betrieb der Klimaanlage geschlossen zu halten | |
| 5.3 Beleuchtung | |
| Nutzung von Tageslicht | |
| Austausch von Halogen-Spots durch LED-Spots | |
| Abschaltung dekorativer Elemente in der Nacht | |
| 5.4 Weitere Energieeinsparungen | |
| Verwendung von Steckdosenleisten, um mehrere Geräte gleichzeitig und vollständig abzuschalten | |
| Bei geringer Nutzung ggf. Abschaltung einiger Geräte | |
| Nach Betriebsende: Abschaltung aller Geräte | |

6. Kursräume

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

| Aufgabe | Erledigt |
|--|----------|
| 6.1 Heizung | |
| Senkung der Raumtemperatur auf 18 Grad; Absenkung der Raumtemperatur um 1 Grad = 6% Energieeinsparung | |
| Bei Nichtbenutzung der Räume: Regulierung der Heizung | |
| Erstellung von Hinweisschildern, die Mitglieder darauf hinweisen, Türen und Fenster für einen effizienten Betrieb der Heizung geschlossen zu halten | |
| Sicherstellen, dass das Heizthermostat nur durch verantwortliche Mitarbeitende verstellt werden kann; In Heizperiode: in ungenutzten Räumen Heizkörper auf Frostschutz stellen | |
| 6.2 Lüftung | |
| Bei Nichtbenutzung der Räume: Regulierung der Lüftung, Klimaanlage und Heizung (s. o.) | |
| Bei Nutzung: Regulierung des Luftaustausches auf das neunfache pro Stunde bzw. auf ein möglichstes Minimum | |
| Durchführung von Stoßlüftungen (gekippte Fenster vermeiden) | |
| Erstellung von Hinweisschildern, die Mitglieder darauf hinweisen, Türen und Fenster für einen effizienten Betrieb der Klimaanlage geschlossen zu halten | |
| 6.3 Beleuchtung | |
| Nutzung von Tageslicht | |
| Austausch von Halogen-Spots durch LED-Spots | |
| Abschaltung dekorativer Elemente (in der Nacht) | |
| 6.4 Weitere Energieeinsparungen | |
| Bei Nichtnutzung: Abschaltung aller Geräte (z.B. Musikanlage, Mikrofon) | |
| Soweit möglich: Bei Kursplanerstellung auf verschiedene Temperaturbedürfnisse achten, sodass extreme Schwankungen vermieden werden | |

7. Flure

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

| Aufgabe | Erledigt |
|---|----------|
| 7.1 Heizung | |
| Regelmäßige Überprüfung der Temperaturen (niedrige Temperaturen sind in Fluren und Treppenhäusern ausreichend); Absenkung der Raumtemperatur um 1 Grad = 6% Energieeinsparung | |
| Sicherstellen, dass das Heizthermostat nur durch verantwortliche Mitarbeitende verstellt werden kann; Einbau elektronischer Thermostatventile | |
| 7.2 Beleuchtung | |
| Austausch von Halogen-Spots durch LED-Spots | |
| Reduzierung der Beleuchtungsstärke (150 Lux sind ausreichend) | |
| Installation einer tageslichtabhängigen Steuerung und/oder eines Bewegungsmelders | |
| Beachtung der energiesparenden Beleuchtung | |

Zuständige(r) Mitarbeiterin/ Mitarbeiter

8. Zusätzliche Maßnahmen bei elektronischen Geräten

| Aufgabe | Erledigt |
|--|-----------------|
| 8.1 Elektronische Geräte | |
| Kontrolle Energieverbrauch und ggf. Austausch energieintensiver Geräte | |
| Ausschließliches Anschalten der Geräte bei Bedarf | |
| Nach Betriebsende: Vollständiges Trennen der Computer und anderer elektrischer Geräte vom Netz (z.B. mit schaltbaren Steckerleisten) | |
| Nutzung vorhandener Energiesparfunktionen | |
| Überprüfung der Kühlung der Kühlschränke | |
| 8.2 Getränkeautomaten | |
| Aufstellen von Automaten an kühlen und vor der Sonne geschützten Orten | |
| Beim Kauf: Beachtung der Energiesparfunktionen des Gerätes | |
| Nachts: Abschaltung oder Herabregelung der Kühlung mit Zeitschaltprogrammen | |

9. Mustervorlage: Aushängeschilder an die Mitglieder

Liebe Mitglieder,

auf Grund der aktuellen Situation und der steigenden Energiepreise sehen wir uns gezwungen, gezielt Maßnahmen zu ergreifen, um weiterhin ein professionelles Trainingsumfeld zu gewährleisten.

Folgendermaßen könnten Sie Ihre Änderungen formulieren:

Anpassung der Saunazeiten:

Die Öffnungszeiten der Sauna gestalten sich ab sofort wie folgt:

ÖFFNUNGSZEITEN

Umstellung einiger Cardiogeräte auf die Standby-Funktion:

Das Gerät ist im Zeitraum von **XYZ – XYZ** Uhr gesperrt. Bitte nutzen Sie so lange eines der anderen Geräte.

Vielen Dank für Euer Verständnis!

STUDIONAME