



## Sikkerhedsbestemmelser for Nappedam Kajak

28. april 2013

### Formål

Havkajakroning er en sund aktivitet for sind, krop og sjæl. Man er tæt på naturen på en måde som giver frisk luft og motion. Men helt risikofrit er det ikke!

Sikkerhedsbestemmelserne for Nappedam Kajak har til hensigt at sikre at roning og andre aktiviteter i Nappedam kajak sker på en hensigtsmæssig og sikker måde, således nye roere (voksne, unge og børn) får et naturligt forhold til sikkerhed og roning. Sikkerhedsbestemmelserne skal derfor følges ved alle arrangementer og aktiviteter.

### Svømmevest/redningsvest

Der skal altid bæres svømme- eller redningsvest under roning i klubben.

### Sikkerhedsudstyr

Personligt sikkerhedsudstyr skal medtages af hvert medlem ved roaktiviteter (minimum vest og fløjte/horn).

Gruppe sikkerhedsudstyr medtages på klubture i passende antal og efter behov. Udstyret består bl.a. af mobiltelefon i vandtæt pose, træktov, pumpe, førstehjælp, varmemolie, ekstra tørt tøj, nødblus, vindly/shelter, kompas m.m. *Som minimum medtages mobiltelefon.*

Turleder/instruktør har ansvar for gruppeudstyr. Medlemmerne har selv ansvar for at medbringe personligt sikkerhedsudstyr.

Nappedam Kajak skal stille nødvendigt gruppe-sikkerhedsudstyr til rådighed (gule tasker) – dog ikke mobiltelefoner og poser.

Ved soloroning skal der medbringes personligt sikkerhedsudstyr samt relevant (gruppe)udstyr, *som minimum pumpe og padlefloat.*

### Gæster og Wet-Exit

Gæster (endnu ikke medlemmer) kan deltage på prøvetur inden beslutning om medlemskab tages. Inden prøveturen gennemføres skal det tilstræbes, at gæsten har prøvet at lave en Wet-Exit medmindre gæsten allerede har erfaring med dette.

Der kan medtages gæsteroere i forholdet 1:1 i forhold til nøglefriroede medlemmer og kun under gode vejrforhold. Hver gæst kan højst medtages 2 gange, hvorefter medlemskab er nødvendigt. Ved manglende klubkajakker viger gæster ift. medlemmer af Nappedam Kajak.

Instruktører/turledere kan medtage gæster op til 1:5 efter vind og vejr.

### Frironing af nye roere

Alle medlemmer skal have optrænet basis færdigheder til at klare sig selv på vandet samt redde sig selv og andre hvis behovet herfor opstår.

Nye medlemmer skal derfor gennemføre et introduktionskursus for at tilegne sig basis-færdigheder til roning af havkajak. Medlemmer der ikke er friroet må kun ro ifølge et friroet medlem så tæt på kysten som muligt.

Opretholdelse af medlemskabet forudsætter, at det nye medlem bliver friroet i løbet af de 2 første sæsoner. Frironing kan foretages af instruktørerne og prøven følger et fastlagt skema herfor.

## Frironing af erfarne roere

Erfarne nye medlemmer kan gå direkte til frironingsprøve og friroes på baggrund af en vurdering foretaget af instruktørerne.

Der skal roes 50 km (eller fremlægges dokumentation herfor) før nøgle udleveres.

## Oversigt over friroede medlemmer

Nappedam Kajak offentliggør navne på friroede medlemmer på hjemmesiden, således der ikke opstår tvivl herom.

## Hvor må der roes og krydses

Som friroet i Nappedam Kajak må der roes i kystnært farvand. Det anbefales altid at ro minimum to medlemmer sammen.

Først ved erhvervelse af stor erfaring må der foretages solokryds over større afstande. Ifølge erfaren roer må der gerne krydses.

## Ansvar

Når et medlem er friroet træffer roeren beslutninger selv ift. aktiviteter og roning. Roerne er selv ansvarlige for deltagelse i roning – såvel fællesture som solo-roning.

## Instruktør-/turlederansvar

Instruktører og turledere, som har ansvar for aktiviteter skal så vidt muligt sikre at ingen medlemmer lider overlast ved gennemførelse af disse. Instruktører/turledere kan afvise medlemmer hvis de ikke er 'ro-klare' eller på anden måde vil være i risiko for at lide overlast.

## Påklædning

Nappedam Kajak anbefaler medlemmerne at anskaffe effektiv påklædning, som modvirker underafkøling. Ro-aktiviteter kan opslås med minimumskrav til påklædning.

Våddragt/vindjakke anbefales forår-sommer-efterår. Tørdragt anbefales om vinteren.

## Fællesture

Det er turlederens ansvar ved planlægning af fællesture, at informere om og tydeliggøre minimumskrav til roerne. Kun roere der lever op til den konkrete turs minimumskrav, kan deltage.

## Brug af egne kajaker

Ved brug af egne kajaker gælder klubbens sikkerhedsbestemmelser når der sejles ud fra Nappedam Bådhavn eller ved deltagelse i træning, kurser, klubbture og andre klubbaserede aktiviteter uanset startsted.

## Sygdom, handicap mv.

Hvis der er risiko for helbredsproblemer, skal nye medlemmer ved indmelding i klubben oplyse, om han/hun har et handicap eller lider af sygdomme, der kan have betydning for sikkerheden under roning. Der skal være specielt opmærksomhed på lidelser, der kan medføre lammelse eller bevidsthedstab.

På kurser/fællesture skal et medlem på forhånd orientere instruktør/turleder, hvis der er mulighed for helbredsproblemer på turen.

Ovenstående gælder også for eksisterende medlemmer, hvor ændring i helbredssituation kan have betydning for sikkerheden under roning.

## Længere ture

Ture i klubkajakker af længere varighed end 4 døgn skal under hensyn til grej-situationen godkendes af styrelsen. Beslutningen revideres primo 2014.

## Logbog

Alle roaktiviteter med udgangspunkt fra Nappedam Bådelaug - samt øvrige aktiviteter med klubkajakker skal logges og rokort skal sættes i holder.

Logbogen er en del af havnen sikkerheds systemer og har herudover også til formål at dokumentere brug af kajakker og til eftersøgning af kajakker, hvis medlemmer kommer i problemer på vandet.

Turen skal indskrives i loggen inden start med information om forventede rute og det forventede hjemkomsttidspunkt samt kajaknummer. Forventet hjemkomsttidspunkt skal respekteres – hvis ikke risikeres en stor og kostbar eftersøgning at blive igangsat.

Ved hjemkomst afsluttes logningen.

Logbogen skal ligge i klubhuset og anvendes bl.a. af instruktørerne.

## Gæstarrangementer

Ved gennemførelse af arrangementer, hvor deltagerne ikke er medlemmer eller hvor startsted er udenfor Nappedam Bådelaug, skal der i klubhus eller på bil/trailer efterlades en deltageroversigt med kontaktoplysninger til turleder (mobil og navn) samt information om antal roere på vandet.

Hvis muligt bør der også oplyses om deltagernavne, forventet rute og hjemkomst.

## Årlig fornyelse

Alle friroede medlemmer skal hvert år i maj/juni aflægge fornyet praktisk prøve i selvredning og makkerredning.

Prøverne kan aflægges i forbindelse med roaftner eller andre arrangementer. Ved bestået årsprøve noteres dette, af et medlem af roudvalget, på opslået oversigt i klubhuset.

Ved manglende fornyelse eller hvis årsprøven ikke godkendes, inddrages nøgle og rokort indtil prøven er aflagt.