

Sikkerhedsbestemmelser for Arresø Sejlklubs Kajakafdeling

Arresø Sejlklub er medlem af Dansk Kano og Kajak Forbund (DKF) og er i den forbindelse forpligtiget til at overholde de af DKF vedtagne regler og bestemmelser.

Nedenstående regler er lavet ud fra denne forpligtigelse.

For alle gælder, at roere med sygdomme, der kan medføre epilepsi, svimmelhed eller bevidstheds tab, ror på eget ansvar og efter samråd med egen læge.

Reglement for roning i lokalt farvand - Arresø:

Arresø Sejlklubs Kajakafdeling er primært for havkajakker, men alle typer kajakker er velkomne.

- Før hver start skal kajakroerens medlemsnummer, afgangstid og evt. mobil.nr. noteres i ro-protokollen. Ligeledes kan udpeget roområde, forventet hjemkomst og vejrforhold indføres i ro-protokollen. Efter hjemkomst indføres tillige det roede antal kilometer.
- Efter mørkets frembrud må roning kun ske, når der medbringes en lygte med hvidt lys som reglementeret advarsel for andre søfarende.
- Alle roere skal tage hensyn til naturen og dyrelivet. Være særligt opmærksomme på fiskegarn og fuglevildt.

Langtursreglement:

- Kajakroeren på tur skal altid være opmærksom på lokale og meteorologiske forhold.
- Roeren skal under alle forhold være i stand til at bjerge sig selv i land.
- Ved gennemførelse af egentlige gruppeture med blandet deltagelse af frigivne og ikke frigivne (nye) kajakroere skal en kajakinstruktør lede turen.

Sommer og vinterroningsbestemmelser:

- Sommerroning (fra standerhejsning til standernedhaling) Svømmevest skal som minimum medbringes i båden. Det anbefales at den iføres.
- Vinterroning (fra standernedhaling til standerhejsning) Det anbefales, at man ror i grupper på min. 2 personer. Der skal roes i vådragt eller tørdragt. Der skal bæres svømmevest med fløjte.
- Al udøvelse af vinterroning skal ske under hensyntagen til de hermed forbundne risici: Vandtemperatur, sigtbarhed, lufttemperatur, vindhastigheder m.m., således at der kun roes, når vejrforholdene gør det forsvarligt.
- Ikke frigivne roere har pligt til at bære svømme- eller redningsvest hele året.

Alle kajakker samt tilhørende materiel skal være godkendt af klubbens kajakinstruktør, samt være mærket med klubbens navn, stander eller kendingsmærke, således at en båd til enhver tid kan identificeres.

Frigivningsregler (Roning uden ledsagelse) for havkajakker

- Alle aktive roere har som minimum kendskab til reglerne "Lov og ret på vandet" beskrevet i hæftet fra Søsportens Sikkerhedsråd
- Svømmefærdigheder: Al benyttelse af klubbens materiel – eller privat materiel i klubbens regi – forudsætter, at kajakroeren kan svømme 600 meter. Hver aktiv kajakroer skal inden frigivelse aflægge svømmeprøve i svømmehallen.
- Ethvert aktivt medlem skal gennemgå instruktion i egen kajak eller i en af klubbens kajakker under ledelse af instruktør, før de frigives til roning i klubbens kajakker - eller private kajakker i klubregi. Undtaget herfra er tidligere medlemmer fra andre roklubber, hvor bestyrelsen eller instruktør dog kan kræve bevis udstedt af den tidligere klub for allerede erhvervede rettigheder.
- Alle nye kajakroere skal gennemgå et instruktionskursus i klubben. Instruktionsforløbet skal være ledet af en instruktør. Efter endt instruktion og aflæggelse af diverse prøver frigives roeren.
- Børn/unge optages fra det fyldte 12.år. Disse skal ro med en frigivet voksen indtil de selv fylder 15 år. De frigives ellers under samme regler som voksne roere.
- Børn og unge under 18 år ror i Arresø Sejlklubs Kajakafdeling under forældres/værges ansvar.
- Klubbens kajakker kan ikke lånes af andre roere, mens det årlige instruktionsforløb for nye roere afvikles i sæsonens start.

Instruktionen omfatter bl.a. følgende aktiviteter i et forløb over ca. 6 uger:

Pensum for begyndere med henblik på frigivelse. Kravene svarer til EPP2.

Følgende færdigheder skal kunne demonstreres for frigivelse i Arresø Sejlklubs Kajakafdeling:

1. Ind og udstigning af kajakken
Hvorledes ind- og udstigning foregår fra land, strand eller bred, fra mole og fra bro.
2. Udstyr: Hvad kræves der af udstyr?
3. Transport af kajak. Løft, håndtering og isætning af kajakken. Placering i/på tagbøjler.
Fastgørelse
4. Gennemgang af kajakken. Indstilling af pedaler, sæde. Evt. ror.
5. Roteknikker: Fremad roning og baglæns roning, styretag, stop, sideforflytning, støttettag: (High brace og Low brace), sculling, sweeps.
Kropsholdning/stilling i kajakken. Kantning.
6. Redninger: Selvredning og kammeratredning. Indstigning i kajakken efter kæntring, alene og ved kammerathjælp. Eskimoredning. Tovning: Sikring af redderen ved 3.mand i vandet.
7. Svømning: 600 m. Skal ikke svømmes på tid. Svømning med kajak.

Under kurset roes minimum 50 km, hvilket også er krav for frigivelsen.

Sikkerhedsudstyr:

Det vigtigste sikkerhedsudstyr: Den almindelige sunde fornuft ved vurdering af vind, vand og vejr, samt svømmevest!

Klubregler:

- Klubhuset står under medlemmernes beskyttelse.
- Ethvert medlem er pligtig til at rydde op efter sig selv, og det forventes, at alle bidrager til at opretholde et godt miljø, herunder deltage i planlagte rengørings-, vedligeholdelses- og andre tilsvarende aktiviteter.
- Når ingen personer er i klubhuset, skal dette være aflåst og lyset slukket. Nøgler til klubhuset udleveres af bestyrelsen imod underskrift og depositum.
- Medlemmer af Sejlklubben kan efter 1 års medlemskab låne klublokalet mod depositum og gebyr.
- Lokalerne udlånes ikke i sejlsæsonen.

Ansvar:

Roeren har ansvaret for det materiel denne bruger. Ved uagtsom eller lemfældig omgang ved brugen af dette materiel, vil pågældende person blive holdt personlig økonomisk ansvarlig. Dette gælder uanset alder.

Praktiske oplysninger:

- Indmeldelse sker via Arresø Sejlklubs hjemmeside www.arresoesejlklub.dk, når begynderkurset er bestået.
- Begynderkurset (EPP2) koster ca. 1000,- (2012 priser)