

# Rungsted Kajakklub Sikkerhedsbestemmelser

## Indledning

Rungsted Kajakklub skal give dig mulighed for at dyrke sikker kajakroning. Sikkerhedsbestemmelserne udbygger Dansk Kano og Kajak Forbunds sikkerhedsbestemmelser og skal ses i sammenhæng med klubbens uddannelsesaktiviteter, udstyr og rovand.

Dansk Kano og Kajak Forbund (DKF) pålægger gennem sine sikkerhedsbestemmelser Rungsted Kajakklub at orientere alle medlemmer om risikoen ved at ro kajak, hvis medlemmet har en sygdom, der kan medføre lammelse eller bevidsthedstab. Hvis det er tilfældet, er det dit ansvar efter samråd med din egen læge at beslutte, om det er forsvarligt at ro kajak. Hvis du lider af sygdomme, som vil kunne påvirke din roevne og dermed din egen og/eller andre roeres sikkerhed, er det dit ansvar at give bestyrelsen og andre relevante personer besked om det.

Sikkerhedsbestemmelserne gælder for al roning, hvor der ros fra Rungsted Kajakklub, ved deltagelse i klulture eller hvis klubbens materiel anvendes. Bestemmelserne gælder ikke for kajakpolo eller aktiviteter i svømmehal mv.

## Den enkeltes ansvar

Du har som kajakroer selv ansvaret for sejladsen og sikkerheden. Du skal således selv vurdere din egen sikkerhed, herunder vejr og vind, påklædning, kajak og udstyr ("ro efter evne").

Du er selv ansvarlig for at sige fra, såfremt du vurderer, at sikkerheden ikke er god nok eller ikke er i overensstemmelse med disse sikkerhedsbestemmelser.

Du er selv ansvarlig for kun at anvende kajaker og materiel, som du er fortrolig med - med mindre du er i en læringsituation.

Du har som roer selv ansvaret for at vedligeholde dine egne rofærdigheder, herunder redningsmetoder.

Du bør ro så tæt på kysten, som det er muligt og forsvarligt, og det anbefales, at du ror sammen med en anden roer.

Du skal tjekke vejrudsigt for roområdet inden sejlads.

Du skal være ikklædt relevant påklædning i forhold til vandtemperatur.

## Generelle bestemmelser

Du skal altid bære CE-godkendt svømme- eller redningsvest ved roning. Som frigiven kan du aflægge vesten i perioden 1. maj – 30. september, men vesten skal medbringes let tilgængeligt i kajakken. SOLAS-godkendt fløjte skal være bundet til svømme- eller redningsvest.

Ved roning fra solnedgang til solopgang skal du medbringe en hvid lyskilde, som skal kunne anvendes 360 grader rundt til at orientere andre fartøjer.

Du skal medbringe kajakdækken. Kajakdækken skal anvendes ved roning i vintersæsonen samt ved åbne kryds, dvs. mere end 300 meter fra kysten.

Du skal medbringe pumpe eller øse, der er fastgjort til kajakken. Ved roning alene i havkajak skal du medbringe pagajflyder.

Du skal medbringe relevant skiftetøj mv. i vandtæt pose.

## Definitioner

<b>Rosæsonen</b>	<b>Dagsroning</b>	<b>Lokalt farvand</b>
Tidsrummet mellem standerhejsning og standerstrygning (normalt medio/ultimo april til primo november).	Roning fra 1/2 time før solopgang til 1/2 time efter solnedgang.	Området fra Nivå Havn i nord til Skodsborg ishus i syd, højst 300 meter fra kysten.
<b>Vintersæsonen</b>	<b>Natteroning</b>	<b>Kystnært område</b>
Tidsrummet mellem standerstrygning og standerhejsning (normalt primo november til medio/ultimo april).	Roning fra 1/2 time efter solnedgang til 1/2 time før solopgang.	Andre områder ud over lokalt farvand, højst 300 meter fra kysten, dog ikke områder med væsentlig erhvervstrafik.
<b>Bølgetræning</b>		<b>Langtursroning</b>
Bølgetræning foran klubhuset max. 300 meter fra kysten i pålandsvind over 7,9 m/s		Roning uden for kystnært område, herunder åbne kryds.
<b>Ikke-frigivet roer</b>	<b>Roleder</b>	
Roere, der ikke er frigivet i den pågældende kajaktype fra Rungsted Kajakklub. Som ikke-frigivet roer betragtes endvidere gæster, som anvender klubbens materiel og som er på IPP2-niveau eller derunder.	En solofrigivet chefinstruktør, udpeget af Uddannelsesudvalget, som i forbindelse med uddannelsesforløb har det overordnede ansvar for sikkerheden på vandet. En solofrigivet eller erfaren frigiven udpeget af Aktivitetsudvalget og godkendt af Sikkerhedsudvalget, som ved klubture på klubbens vegne har det overordnede ansvar for sikkerheden på vandet. Erfarne frigivne kan som roledere alene have ansvaret for klubture i kystnært område.	
<b>Frigivet roer</b>	<b>Vinterfrigivet roer</b>	<b>Solofrigivet roer</b>
Medlem som er frigivet i den pågældende kajaktype i Rungsted Kajakklub.	Medlem som er vinterfrigivet i Rungsted Kajakklub.	Medlem som er solofrigivet i den pågældende kajaktype i Rungsted Kajakklub.

## Frigivelseskrav

<b>Frigivet roer</b>	<b>Vinterfrigivet roer</b>	<b>Solofrigivet roer</b>
Forudsætningen for at blive frigivet er, at introduktionskurset eller introduktionsforløbet er gennemført og bestået. Kravene svarer til IPP2. Som frigivet betragtes endvidere gæster, som er IPP3-certificeret eller højere. IPP3 giver ret til selv at vurdere hvilke vindhastigheder der kan ros i.	Forudsætningen for at blive vinterfrigivet er, at vinterkurset er gennemført og at vinterfrigivelsesprøven er bestået. En vinterfrigivelse forudsætter, at den pågældende roer har roet i to rosæsoner, og at roeren den seneste rosæson har roet mindst 200 km, eller at en førsteårsroer har roet 400 km.	Forudsætningen for at blive solofrigivet er, at solofrigivelsesforløbet er gennemført på tilfredsstillende måde, eller at Sikkerhedsudvalget sikrer, at det pågældende medlem har tilsvarende kompetence. IPP4 Sidestilles med Rungsted Kajak klub soloforløb

## Rettigheder

Frigivet roer	Vinterfrigivet roer	Solofrigivet roer
<p>§ Dagsroning alene i kystnært område i rosæsonen.</p> <p>§ Dagsroning med én ikke-frigivet roer i lokalt farvand i rosæsonen i den bådtype, som frigivelsen gælder.</p> <p>§ Natteroning sammen med en frigivet roer over 15 år i rosæsonen i kystnært område.</p> <p>§ Mindre kryds under gode vejr- og sigtforhold (op til 2 km) i havkajak sammen med en frigivet roer over 15 år i rosæsonen.</p> <p>§ Langtursroning sammen med en solofrigivet roer i rosæsonen.</p> <p>§ Generelt gælder, at roning må ske i vindhastigheder til og med 7,9 m/s (jævn vind) hhv. 10,7 m/s (frisk vind ved fralandsvind)</p> <p>§ Bølgetræning i dagslys</p> <p>§ Dagsroning i kystnært område sammen med en solofrigivet i rosæsonen i vindhastigheder over 7,9 m/s.</p>	<p>§ I rosæsonen samme rettigheder som en frigivet.</p> <p>§ I vintersæsonen dagsroning alene i kystnært område i vindhastigheder til og med 5,4 m/s. (let vind) hhv. 7,9 m/s (jævn vind) ved fralandsvind; maks. 100 meter fra kysten (også ved isdannelse).</p>	<p>§ Ingen begrænsning ud over "ro efter evne".</p> <p>§ Dagsroning i kystnært område i rosæsonen med flere ikke-frigivne efter eget skøn.</p> <p>§ Dagsroning (bølgetræning) i lokalt farvand med flere frigivne over 18 år efter eget skøn i rosæsonen i vindhastigheder over 7,9 m/s ved pålandsvind.</p>

## Anbefalinger

<p>§ Relevant påklædning</p> <p>§ Medbring relevant skiftetøj i vandtæt pose.</p> <p>§ Medbring drikke og relevant forplejning.</p> <p>§ Medbring tilgængelig mobiltelefon i vandtæt pose.</p> <p>§ Ved langtursroning medbring relevant udstyr (tarp, sovepose, nødraketter og andet)</p> <p>§ Hvis du ønsker at ro i mørke anbefales det at træne en makkerredning i mørke foran klubhuset.</p>	<p>§ Relevant påklædning (dvs. uldsokker, syntetisk eller uldent undertøj, våddragt med vindtæt rojakke, semitør- eller tørdragt og medbringer hue i uld eller fleece, samt vindtætte poagies, rohandsker eller vanter).</p> <p>§ Medbring relevant skiftetøj i vandtæt pose.</p> <p>§ Medbring varm drik og relevant forplejning.</p> <p>§ Medbring tilgængelig mobiltelefon i vandtæt pose.</p> <p>§ Medbring relevant udstyr (tarp, sovepose, nødraketter og andet), hvis der ros langs kyster, hvor adgangs- og kommunikationsforholdene er dårlige.</p> <p>§ Medbring isdupper hvis der er is</p>	<p>§ Se gældende anbefalinger for hhv frigivet &amp; vinterfrigivet roer</p> <p>§ "Tag hånd om dine medroere"</p>
---	--	---

### ROS

Som bilag til sikkerhedsbestemmelserne er medtaget en metode til at foretage en simpel Risiko- Og Sårbarhedsvurdering i forbindelse med roning i havkajak i kystnært område (HavkajakROS).

## Anbefalinger forsat

### Bølgetræning

§ Tag ud sammen med andre – og hold øje med hinanden.

§ Se, hvor strømmen går ud. Ofte er det, hvor bølgerne er mindst. Og husk, at hvis du skal svømme ind, så hold øje med, om du kommer ind, og hvis ikke, så svøm lidt til siden – og ud af strømmen.

§ Bølgeperiode = afstand mellem bølgerne. Lang tid = meget vand i bølgen, derfor slår den hårdere. Kort tid = mindre tid til at rette fejl og derfor større risiko for, at små problemer eskaleres.

§ Aftal, hvor surfzonen er, og hvor i ror ud igen.

§ Fjern pagajliner og andre snore, som kan gøre frigørelse fra kajakken sværere, når du vælter.

§ Husk hjelm.

§ Hold afstand (max en person på bølgen ad gangen) – også hvis der er en i vandet. Det er få, som kan styre en kajak i brændingen.

§ Hvis du trækker dig ud af kajakken. Så lig på ydersiden af båden, så båden bliver skubbet væk fra dig, ind mod stranden. Huskeord: **ØRUL:**

Øresund/hav, Roer/dig, Udstyr/kajak, Land/strand -hvis du ligger i denne orden, er der mindre risiko for alvorlige skader. Det gælder også hjælpsomme inde ved stranden. En kajak fuld af vand i strandkanten knækker skinneben, hvis man står på den forkerte side, når der kommer en bølge.

§ Aftal – inden I går ud: hvor førstehjælpegrejet er, og en telefon til at alarmere. Aftal også håndtegn for: OK - HJÆLP - Kom ind til land.

§ Hvis du er i tvivl, så bliv inde. Der kommer helt sikkert bølger en anden gang. Og bølgerne er altid større, når du er ude på vandet, end når du ser på dem fra land.

### Særlige bestemmelser

I forbindelse med uddannelsesforløb er chefinstruktøren roleder. Chefinstruktøren kan i denne forbindelse fravige sikkerhedsbestemmelserne i den udstrækning, det er nødvendigt for at gennemføre uddannelsen. Det forudsættes, at chefinstruktøren vurderer, at uddannelsesaktiviteterne kan gennemføres forsvarligt. Kursisten kan altid sige fra ("ro efter evne"). Instruktører, der ikke er solofrigivet, kan i uddannelsesforløb medtage mere end én ikke-frigivet roer efter eget skøn og chefinstruktørens anvisninger.

I forbindelse med klubture har rolederen et særligt ansvar for at tilgodese sikkerheden. Deltagere på klubture skal lade rolederens råd indgå i den enkeltes vurdering af de sikkerhedsmæssige forhold. Såfremt der under klubture ros under forhold, hvor frigivne ikke må ro alene (dvs. større åbne kryds eller i højere vindhastigheder) skal rolederens anvisninger følges. Den frigivne kan altid sige fra ("ro efter evne").

Sikkerhedsudvalget (sikkerhed@rungsstedkajak.dk) kan give dispensationer fra sikkerhedsbestemmelserne. Sikkerhedsudvalget kan i konkrete tilfælde udstede roforbud eller lignende begrundet i sikkerhedsmæssige forhold. Bestyrelsen orienteres herom.

Overtrædelser af sikkerhedsbestemmelserne kan indberettes til Sikkerhedsudvalget (sikkerhed@rungsstedkajak.dk).

Chefinstruktører og roledere skal indberette sikkerhedshændelser, hvor der er et læringspotentiale til Sikkerhedsudvalget (sikkerhed@rungsstedkajak.dk) snarest efter, at sikkerhedshændelsen er indtruffet. Indberetning, der skal være skriftlig (mail), skal indeholde relevante oplysninger, herunder om tidspunkt, omstændigheder m.v. Tilsvarende gælder medlemmer, som bliver involveret i sikkerhedshændelser, hvor der vurderes at være et læringspotentiale. Sikkerhedsudvalget orienterer bestyrelsen.

#### Ulykke

Såfremt en sikkerhedshændelse har haft en sådan karakter, at den offentlige redningstjeneste (1-1-2, brandvæsen, SAR-tjenesten, ambulanceberedskabet eller andre) har været involveret, skal de involverede umiddelbart forsøge at orientere formanden, næstformanden eller andre medlemmer af bestyrelsen, således at disse kan håndtere eventuelle pressehenvendelser, henvendelser fra pårørende, orientering af klubmedlemmer og andre.