



SIKKERHED - ET FELLES ANSVAR

DANSK FORENING for ROSPORT



INDHOLD



06 ANSVAR



10 SIKKERHEDS-
HIERARKIET



14 REGLEMENT



18 TÆNK DIG OM



24 REDNINGSVESTE



44 ELDRERONING



52 SKOLE- OG FIRMA-
ARRANGEMENTER



64 FORSIKRING



70 VINTERRONING



74 NYTTIGE LINKS
OG APPS

HVAD KAN DU BRUGE FOLDEREN TIL?

AF LAURITS RAUER NIELSEN

Kære roere, klubbestyrelser og andre interesserede.

Sikkerhed er alfa og omega i en søsport som roning. Danske roere har gennem tiderne været dygtige til at udvise ansvarlighed og tage de nødvendige forholdsregler for at vores idræt kan foregå sikkert. Men sikkerhed er en dynamisk størrelse. Der kommer løbende nyt udstyr, der kan forbedre sikkerheden, myndighedernes og den øvrige omverdens forventninger til os forandres, og der kommer hele tiden nye roere i vores klubber, der stiller spørgsmål til vores vaner og procedurer. Hvorfor har vi ikke redningsveste på når vi ror? Hvorfor må vi ikke ro om vinteren? Hvor skal redningsvestene være placeret i båden? Er det virkelig nødvendigt at kunne svømme?

Klubben har ansvaret for sine aktiviteter og bestemmer hvordan sikkerheden skal forvaltes i den enkelte klub. Sikkerhedsregler for den daglige roning skal derfor fremgå af klubbens reglement. DFfR har lavet fælles reglement for alle klubber, når det kommer til roning udenfor sit lokalfarvand (Langtursreglementet), og har fastsat nogle minimumsregler i sine vedtægter som klubberne skal følge. Derudover er der sikkerhedsbestemmelser i kaproningsreglementerne og forskellige vejledninger, blandt andet om vinterroning. Det kan alt sammen læses på roning.dk.

Denne folder er en introduktion til emnet sikkerhed, og kan forhåbentlig hjælpe klubbestyrelser og roere til at få overblik over emnet, og samtidig

være udgangspunkt for udarbejdelsen af et tidssvarende reglement. Folderen forsøger at besvare de grundlæggende spørgsmål om ansvar og sikkerhedsudstyr og tager nogle konkrete emner op, som klubber har stillet spørgsmål til. Hvis man gerne vil have mere viden og lære konkrete færdigheder om sikker og tryk roning, så foregår den konkrete sikkerhedsuddannelse på klubbernes og DFfR's styrmandsuddannelser.

Man kan læse mere om styrmandsuddannelserne på roning.dk.

God læselyst, og god tur på vandet!

Sikkerhedsudvalget
Laurits Rauer Nielsen



ANSVAR



HVEM HAR ANSVARET FOR HVAD?

Sikkerhed er klubbens ansvar

Klubberne ejer bådene og har dermed rederansvaret. Med til rederansvaret hører sikring af, **at materiellet er sødygtigt og, at sikkerhedsudstyret er til stede og i orden** og, at der eksisterer retningslinjer for bådernes anvendelse (hvilket farvand de må bruges i, hvilke kompetencer det kræver at anvende dem, og hvordan man skal opføre sig, når man bruger bådene). Rederansvar-

et betyder også, at klubben skal sikre, at myndighedernes overordnede bestemmelser i love og bekendtgørelser følges. Dette gøres ved at udarbejde et reglement, der blandt andet beskriver klubbens daglige ro-område, og hvordan medlemmerne opnår forskellige rettigheder, såsom roret, styrmandsret, scullerret mv.



Hælstropperne må maksimalt være 7 cm lange.



Alle outriggere skal have monteret en spidsboldt.

Hvad kræver DFfR?

DFfRs vedtægter fastslår i §5 om klubbernes forpligtelser, at klubberne er forpligtet til:

a. gennem deres vedtægt at forlange svømmefærdighed af deres aktive roende medlemmer,

b. gennem deres vedtægt eller reglementer at fastsætte retningslinjer for anvendelse af en CE godkendt type flydeudstyr inden for dagligt roområde,

c. at give deres aktive, roende medlemmer den nødvendige sagkyndige instruktion af hensyn til roernes sikkerhed,

f. at forsyne samtlige både med påskrift om navn og hjemsted, at forsyne stævnen på alle outriggede både samt gigbåde med en hvid bold af massivt gummi med en mindste diameter på 4 cm.



ROERE DER BENYTTET
PRIVAT MATERIEL OG UDSTYR
ER OGSÅ OMFATTET AF KLUB-
BENS REGLEMENT. KLUBBEN
HAR OGSÅ ANSVARET FOR AT
PRIVAT SIKKERHEDSUDSTYR
ER I ORDEN. OGSÅ PRIVATE
REDNINGSVESTE!

SIKKERH

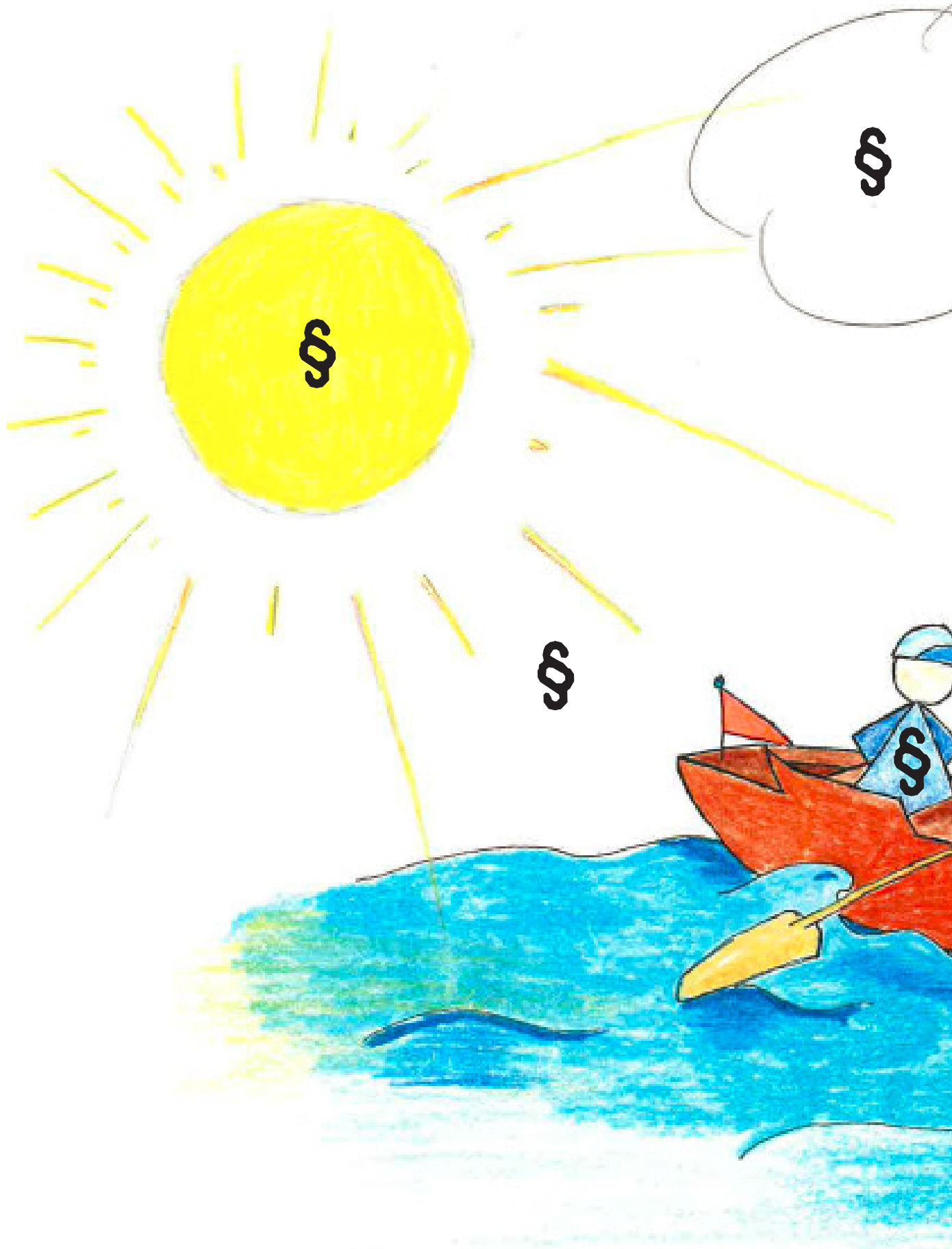
HIERARK

EDS
IET



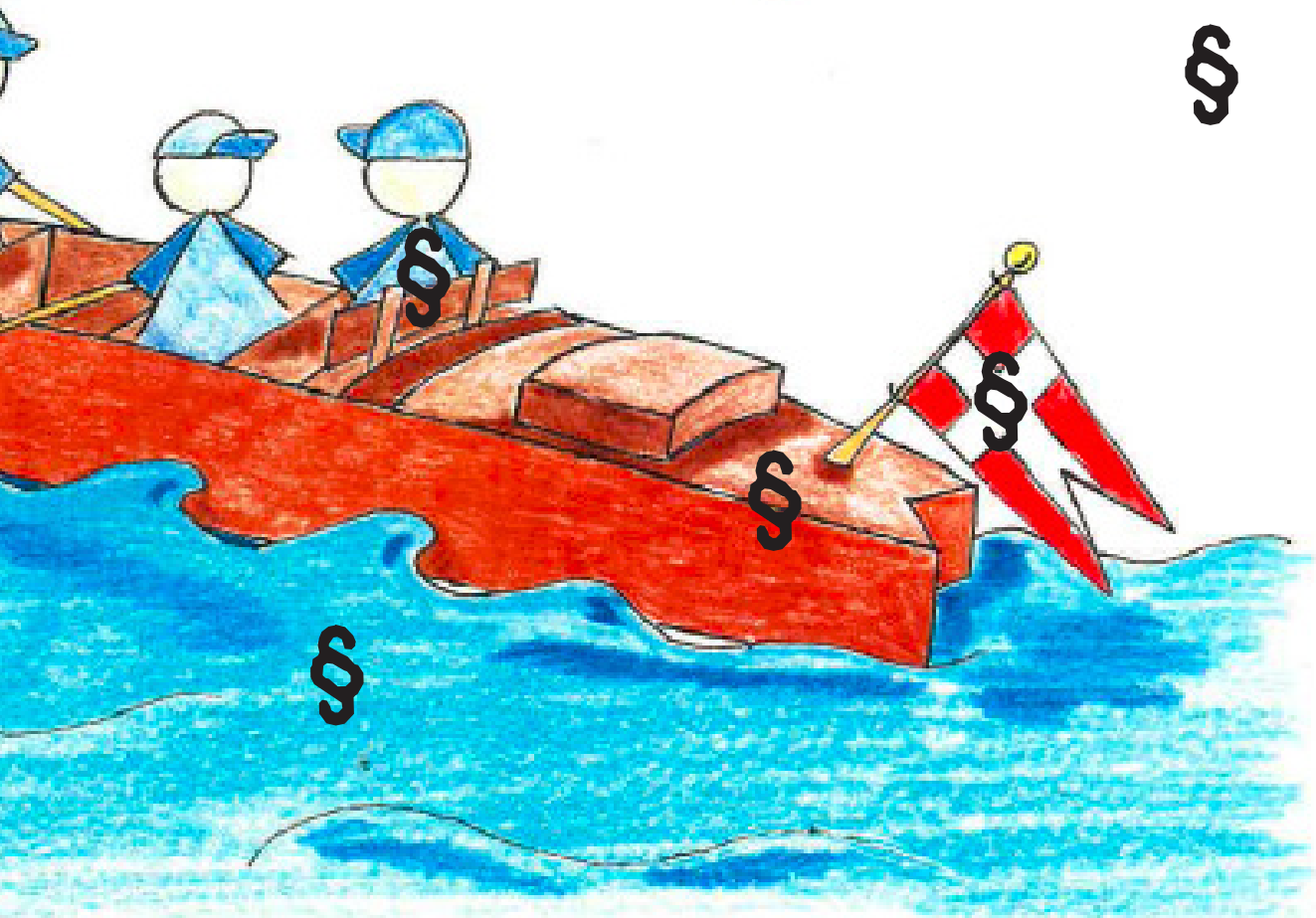
GA PÅ OPDAGELSE I TEGNING

NÅR DU MØDER ET § TEGN KAN DU SE HVILKEN LOVGIVNING ELLER RE



GEN MED MUSEN

ALLE GLEMTE DANSKE RØERE ER UNDERLAGT. GOD FORNØJELSE.



REGLEME



ENT



ER KLUBBENS REGLEMENT GODT NOK?

Det er den enkelte klub, der er reder og dermed ansvarlig for at definere en sikkerhedsinstruks eller et reglement, der tager hensyn til forholdene i det konkrete rofarvand.

DFfRs Sikkerhedsudvalg har lavet denne quick guide til klubbernes bestyrelser, som kan bruges til at vurdere, om klubbens reglement er godt nok.

Roning i Kalundborg Roklub.





Øsekarret skal være bundet fast til båden.

12 hurtige spørgsmål til et reglement/sikkerhedsinstruks

1. Hvem gælder disse regler for?
2. Hvem har udstedt disse regler?
3. Hvor gælder disse regler?
(Afgrænsning af rofarvand, særlige bestemmelser)
4. Hvornår gælder disse regler?
(Afgrænsning af sommer-/vintersæson)
5. Hvem skal sikre, at disse regler efterleves? (styrmandens og rochefens opgaver og ansvarsfordeling skal klart beskrives)
6. Hvilke redningsmidler skal der medbringes? (rednings-/svømmeveste)
7. Hvilket sikkerhedsudstyr skal medbringes? (øser, bådshager...)



Instruktion af nye roere i Saxkøbing Roklub.

8. Hvordan skal sikkerhedsudstyret anvendes? (iklædt redningsvest, ja/nej)
9. Hvilke færdigheder skal roerne have? (roret, scullerret, svømme-færdigheder)
10. Hvornår, hvordan og af hvem udfyldes roprotokollen?
11. Hvordan meldes skader, fejl og mangler mhp. udbedring?

Til sidst skal I spørge jer selv, om I mener, at reglementet tager højde for alle faremomenter i jeres rofarvand.

[DOWNLOAD QUICK GUIDE HER](#)

TÆNK DIG



SOM



TÆNK DIG OM

Sikker roning afhænger af, at man opfører dig fornuftigt. Sikkerhed er et FÆLLES ansvar, hvor vi hver i sær bidrager med vores viden og erfaringer.

Roernes adfærd og holdninger bliver påvirket gennem den undervisning, de modtager i klubben og på DFfR's kurser. Klubberne står for den grundlæggende undervisning i at ro, at bevæge sig

korrekt i båden og at kunne anvende sikkerhedsudstyret.

Klubberne står også for styrmandsuddannelse til deres lokale ro-farvand. DFfR vejleder om indholdet i styrmandsuddannelsen, og gennemfører fælles kurser for langtursstyrmand, der skal kunne tage ansvaret for ture udenfor det daglige ro-område.



Sikkerhedspakke.



Nye roere får redningsveste på i Ålborg.



RETNINGSLINJER FOR SIKKERHED

For at skabe sikre rammer om den daglige roning anbefaler DFfR følgende retningslinjer, der som udgangspunkt bør omfatte alle medlemmer.

Individuelle krav:

- Medlemmerne aflægger svømmeprøve, som fornyes hvert eller hvert andet år. 300-600 meter. I lokalt farvand eller i svømmehal.
- Medlemmerne deltager i kæntringsøvelser. Evt. i svømmehal.
- Medlemmerne prøver at tage veste på i vandet. Evt. i svømmehal.
- Medlemmerne aflægger prøve i at skifte plads i båden.
- Alle skal frigives af rotræner/instruktør, der er godkendt af bestyrelsen.

Krav til bådhold i forbindelse med rotur:

- Der er altid redningsveste med i båden.
- Der er altid en godkendt styrmand med i båden.

- Alle langture godkendes af bestyrelsen i overensstemmelse med langtursreglementet.

Ideer til at forbedre sikkerheden i øvrigt:

- Sørg for, at der altid er en mobiltelefon med indkodede numre til redningstjeneste, rokammerater m.v. med i båden.
- Afhold førstehjælpskurser. Det giver mulighed for, at der altid er en med i båden, som kan førstehjælp ved ulykker både på vand og på land.
- Arrangér styrmandskurser og jævnlige opfriskningskurser.
- Overvej, om vinterroning skal være en mulighed for alle – eller om der evt. skal tages særlige forholdsregler over for ældre medlemmer.
- Sæt fokus på sikkerheden i klubberne. Diskutér sikkerhed på medlemsmøderne. Hvilke forholdsregler bør vi tage for at gøre roning i vores daglige farvand sikkert?

- Forsøg at arrangere fælles svømme- og roningstræning om vinteren, hvor formen kan holdes ved lige og svømmeprøver kan aflægges.
- Opret et træningstilbud for ældre på land samtidig med, at der er roning på vandet. Dermed er der mulighed for, at de ældre kan blive i klubben og bevare det sociale samvær, når det ikke mere er forsvarligt at ro på vandet. Dette tilbud bør oprettes, før der opstår sikkerhedsmæssige problemer, således at det er nemt selv at sige stop for roning på vand.
- Sørg for, at der er en kontaktperson til bestyrelsen blandt de ældre – det kan lette kommunikationen og skabe bedre forståelse grupperne imellem.
- Sørg for, at børnene har deres forældres underskrift på svømmefærdigheder inden arrangementer som skoleroning.

Universitetsmatch i Ålborg 2013.



REDNING





SVESTE



REDNINGSVESTE

– ET KRAV??

DFfR stiller ikke krav om, at roere bærer redningsvest i bådene. Det er den enkelte klub, der i sit reglement, har pligt til at forholde sig til spørgsmålet for at leve op til sit rederansvar.

DFfR's gældende langtursreglement står der: " at båden altid være forsynet med en redningsvest til hver person – typegodkendt af en relevant myndighed inden for EU".

DFfR's langtursreglement er et såkaldt minimums-reglement.

Klubbens bestyrelse kan derfor vurdere, om minimumskravene er tilstrækkelige i deres klub. Det er fartøjsejeren – altså roklubben - der er ansvarlig for, at alle forhold omkring medlemmernes uddannelse og, at sikkerhed, udrustning, udstyr og vedligeholdelse af klubbens bådene er i orden – både i forhold til ture i det lokale farvand og udenfor. Derfor opfordres alle klubbestyrelser til at vurdere, hvordan reglerne for brug

af sikkerhedsudstyr skal være i deres klub, f.eks. ud fra disse spørgsmål:

- Hvordan er vores medlemssammensætning – erfarings- og aldersmæssigt?
- Hvordan er vores lokale farvand?
- Hvor tidligt starter vores ro-sæson? (meget koldt vand)
- Skal der være særlige regler for bestemte bådtyper (ex. gigbåde og outriggere)? – og endelig:
- Bør vi også se på vores svømmekrav i samme forbindelse?

OPPUSTELIGE REDNINGSVESTE

- VELEGNED E TIL RØNING!

Mange danske roklubber er begyndt at bruge oppustelige redningsveste og har gode erfaringer med det. Der findes mange forskellige modeller, hvor nogle er mere velegnede til roning end andre. Men der findes faktisk oppustelige redningsveste, der er designet til roning, så den ikke hænger i vejen, når åren trækkes ind til kroppen i afviklingen af taget. Redningsvesten er ganske enkelt så kort, når den er pakket sammen, at den ikke hænger ned til punktet, hvor man afslutter taget.

Sikkerhedsudvalget har afprøvet nogle forskellige modeller og er kommet frem til, at man med disse "ro-redningsveste" kan ro ganske ugeneret med redningsvesten på, både med en og to årer, og i brede og smalle både. Afprøvningen er i første omgang sket i Bagsværd Roklub, primært i outriggere, men de er også blevet afprøvet i andre roklubber. Vi indsamler stadig erfaringer med vestene.



Alle redningsveste skal have monteret en fløjte. Fløjten er IKKE legetøj for børn.



En af de mest brugte oppustelige redningsveste i danske roklubber.



BÅDBYGGERIET
NO 100

Redningsvesten skal være placeret i båden, så vinden ikke kan puste dem overbord.

NOGLE OPPUSTELIGE REDNINGSVESTE, DER KAN ANVENDES TIL RONING:

Secumar SR 15 (150N):

Er en kort redningsvest, der vurderes at være velegnet til roning. Modellen har dog den ulempe, at rygstrappen ikke kan justeres til mindre personer. Dette er den billigste af de afprøvede modeller, jf. listepriiserne.



Secumar Canoe Plus (150N):

Er en kort redningsvest, der vurderes til at være velegnet til roning.

Mullion Compact 150 (150N):

Er en kort redningsvest, der vurderes til at være velegnet til roning.



Baltic Winner 150 ZIP (150N):

Anvendes af mange roklubber, nogle medbringer den ligesom en konventionel redningsvest, mens andre ror med den på. Vesten har den ulempe, at den er så lang, at årerne kan ramme vesten i afslutningen, hvilket generer nogle roere, mens andre ikke oplever et problem. Men samlet set er vurderingen, at de andre veste er bedre egnet til roning, idet de er designet til det.



Alle vestene er naturligvis CE mærkede.

Hvor kan du købe vestene?

Rosportens selskab Eurow ApS forhandler flere af vestene. Se mere her.

“VÆRD AT VIDE OM
REDNINGS- OG
SVØMMEVESTE”

KLIK HER OG LÆS
SØSPORTENS
SIKKERHEDSRÅD

REDNINGSVEST ELLER SVØMMEVEST?

En redningsvest er en vest, der sørger for, at den, der har den på, vender rigtigt i vandet og holder ansigtet over vandoverfladen.

En svømmevest leverer alene opdrift. Derfor skal der være gode grunde til at vælge svømmeveste frem for redningsveste.



Mange roklubber har søgt om oppustelige redningsveste hos TrygFonden. Hvis I ønsker en anden model end Baltic 150 skal I gøre opmærksom på dette.



Den kompakte Mullion redningsvest lå i sikkerhedspakken som alle roklubber har fået.

GODE RÅD OM OPPUSTELIGE REDNINGSVESTE

Værd at vide:

- Vesten kan være af en type med automatisk udløsning, eller en type, der kræver manuel udløsning. Valget af type afhænger af klubbens præferencer, men det er vigtigt, at brugerne er helt klar over, hvilken type vest, de benytter.
- Vesten kan ikke flyde, når den ikke er pustet op.
- Vær opmærksom på, at oppustede veste ikke kan tages på!

Anbefalinger:

- Tag den manuelt betjente vest på før du udløser den.
- Fastgør den manuelt betjente vest, hvis du lægger den fra dig i båden.
- Veste med automatisk udløsning skal bæres under roning.
- Medbring evt. ekstra CO2 patroner og udløserelementer på længere ture.
- Læs brugsanvisningen grundigt og følg leverandørens instruktioner omkring vedligehold.
- Lav en kontrol af redningsvestene mindst en gang om året.
- Dokumenter vedligeholdelsen af sikkerhedsudstyret i en dertil lavet logbog.

VEJLEDNING TIL VEDLIGEHOLD, EFTERSYN OG BRUG AF OPPUSTELIGE REDNINGSVESTE

Indledning

Oppustelige redningsveste findes i mange fabrikater og varianter, og nogle af dem du nok vil støde på kunne være;

Mullion Compact 150, som er den model der er udsendt med Sikkerhedsudvalgets sikkerhedspakke.

Baltic Winner 150 ZIP, som er den vest der normalt sponsoreres af Tryg-Fonden. Det er også denne type med manuel udløsning der er hører til de udstationerede både.

Secumar Canoe Plus, som i lighed med ovenstående er en kompakt vest egnet til at bære under roning.

Vestene virker grundlæggende på

samme måde ved oppustning af en blære (lunge) med CO₂ leveret fra en lille trykbeholder.

Oppustningen kan foregå enten automatisk med mulighed for oppustning med munden, eller manuelt udløst med mulighed for oppustning med munden. Normalt kan man skelne mellem de to metoder udløsning ved hjælp af farven på den manuelle udløser på vesten. Den automatiske vest har for mange veste et rødt håndtag eller knop. Den manuelle vest har for mange veste et gult håndtag eller knop.

Det er vigtigt, at brugere af oppustelige veste er helt klar over om vesten er med manuel eller automatisk udløsning. Dette bør fremgå af tydelig mærkning på vesten, ligesom vesten bør være forsynet med entydig synlig identifikation i form af f.eks. serienummer og klubnavn eller person navn. Ligeledes

BRUGER I OPPUSTELIGE VESTE FRA
BAL TIC? SÅ LÆS FORHANDLERENS
VEJLEDNING TIL ÅRLIGT SELVTJEK HER

er det vigtigt at brugeren er klar over hvor indikator for korrekt tilstand af udløsesystem er placeret og hvordan indikation af fejlfri eller defekt udstyr er indrettet. F.eks er der to felter på indikatoren UML Pro-sensor MK2 der begge skal vise grønt. Hvis dette ikke er tilfældet skal vesten efterses og fejlen rettes.

Vedligehold af vesten

Der er ikke noget lovkrav om at eftersyn af veste skal foretages af en autoriseret forhandler/servicevirksomhed. Der er imidlertid et krav om, at veste skal være i forsvarlig og driftsikker stand, hvilket sikres gennem systematiske

eftersyn og afprøvninger. Ansvar for at klubbens veste er i forsvarlig stand påhviler klubben (bestyrelsen) og brugeren af vesten. Klubben er også ansvarlig for at de personlige veste der bruges under roning i klubbens materiel er i forsvarlig orden. Det er vigtigt, at have adgang til, og studere relevant instruktionsmateriale der leveres sammen med vesten.

REDNINGS- OG SVØMMEVESTE BØR
BLIVE EFTERSET JÆVNLIGT, MINDST
EN GANG OM ÅRET.



Er begge markeringer grønne, er vesten klar til brug. Er en af markeringerne rød, må vesten IKKE bruges. Dette gælder en automatisk udløsertype United Moulders Pro-Sensor Mk. 2, som blandt andet findes i Mullion Compact 150 vesten.



I servicevinduet kan du se, hvornår producenten anbefaler, at Mullion vesten skal til sikkerhedstjek hos leverandøren. Fabrikanten anbefaler at sikkerhedseftersyn udføres af en autoriseret leverandør. Dette er dog ikke et lovkrav.

Det er ligeledes vigtigt, at der i forbindelse med årligt service, såvel som i forbindelse med oppustning anvendes korrekt størrelse af CO₂ beholderen (f.eks. 38 gram for Mullion Compact 150 vesten), korrekt type af udløser og andre reservedele der fremgår af manualer og instruktioner.

Det anbefales, at det altid via en logbog kan dokumenteres, at sikkerhedsudstyr bliver vedligeholdt.

Automatisk oppustning af vest

Den normale oppustning af vesten foregår med CO₂ leveret fra en lille trykbeholder. Mekanismen der åbner for CO₂ tilgangen til blæren (lungen) styres af enten en salttablet eller papirpatron som opløses i vand, eller en mekanisk hydrostatisk udløser som måler et vandtryk og udløser ved en vandsøjle på 10 cm. Ved aktivering af følerelementet frigøres en nål, der perforerer lukkemembranen på CO₂ beholderen, hvorefter blæren (lungen) blæses op.

Eftersyn/Service på udløsningsmekanismer

United Moulders Ltd. (UML). UML Pro-sensor Mk2: Der skiftes en hel patron der er mærket med en udløbsdato. Udskiftes hvert 3 år, dog senest ved markeret udløbsdato.

Halkey-Roberts. Og Secumar Salttablet (Bobbin) udskiftes hvert år. Bemærk at der her er angivet en produktions dato. (Salt tabletten har en max. levetid på 2 år.)

CO₂ beholderen inspiceres hvert år for tæring. Hvis tegn på tæring så skal beholderen kontrolvejes eventuelt udskiftes.

Eftersyn/service på vest og blære (lunge)

Vesten efterses hvert år hvor det kontrolleres at hylster, stroppe, blæren (lungen) er fri for skader, at reflekser, fløjte, løftestrop mm er intakt. Da redningsveste ikke har en ubegrænset levetid, er det vigtigt at se efter alle tegn på ældning af blære og andre elementer og at kassere veste om nødvendigt. Max. levetid bør ikke overstige 10 år. Se i øvrigt relevante anvisninger fra leverandør.

Det anbefales fra flere kilder, at blæren (lungen) trykprøves hvert år. Dette gøres ved at pakke vesten ud og puste blæren op gennem mundstykket. Det anbefales at der anvendes en passende manuelt betjent pumpe og ikke mund opblæsning. Dette for at forhindre kondens i blæren.

Efter hver udløsning trykprøves blæren hvis der er tegn på beskadigelse af blæren i forbindelse med udløsningen. Ligeledes udskiftes brugsdele.

Logbog

Det anbefales, at der i klubben etableres en Logbog med alle relevante manualer og instruktioner for klubbens oppustelige veste, og at der for hver vest findes et datablad hvor alle relevante grund data for vesten er opført, og hvor alle eftersyn og udskiftninger, samt bemærkninger i forbindelse med eftersynet indføres af den ansvarlige person.

Opbevaring af vesten

Vesten opbevares på et rent og tørt sted og tørres ved rumtemperatur. Vesten må ikke renses ved hjælp af rensimidler. Se også leverandørens instruktioner.

Brugen af vesten

Brugerne af veste skal holde sig opdateret omkring den korrekte brug af vesten. Det anbefales at oppustelige redningsveste altid bæres når man er på vandet. Man kan ikke få vesten på når den er udløst. Veste der skal udløses manuelt kan ej heller holde sig selv flydende og er derfor måske ikke til rådighed når nødvendigt. Brugerne

skal være bevidste om veste er automatiske eller manuelle.



Alle redningsveste skal hænge tilgængelig for klubbens medlemmer. Undgå direkte sol.

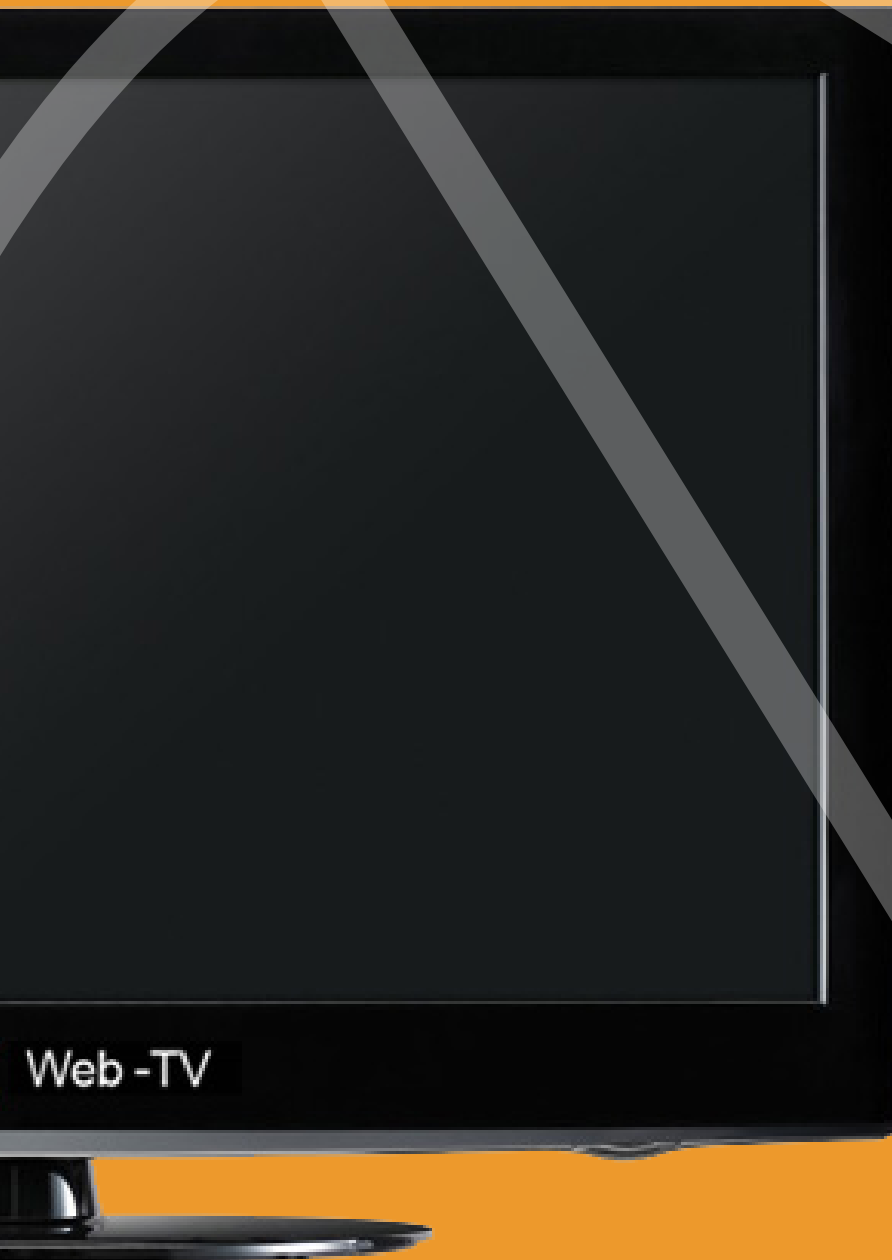


En oppustet blære skal kunne holde luft i 24 timer.

SÅDAN LÅVER SIKKERHEDSTJEK AF EN OF



DU ET ÅRLIGT PUSTELIG REDNINGSVEST



Web-TV

LOGBOG

- HVORFOR DET?

En logbog over alle klubbens veste er et godt værktøj til at sikre sig, at sikkerhedsudstyret er ajour og en reel sikkerhed for klubbens roere.

Logbogen kan laves på flere måder. Brug eventuelt et kladdehæfte eller et regneark. I logbogen skal hver vest have sin egen side.

Skriv vestens serienummer og noter løbende.

- Hvornår er patronen udskiftet og af hvem?
- Hvornår er tabletten udskiftet og af hvem?
- Hvornår er det årlige selvtjek udført og af hvem?
- Er der nogle bemærkninger til den enkelte vest?



Faktamærket og serienummeret sidder på indersiden af hylstret eller på blæren for en oppustelig redningsvest.



Mærkning af den oppustelige redningsvest er en god ide. Før logbog over alle redningsveste i klubben.



Oppustelige veste kan både være automatiske med mulighed for manuel udløsning (normalt med rød udløser knop som vist). Alternativt kun med manuel udløsning (udløser knop vil normalt være gul).



Tjek spændet. Virker det ikke, skal vesten tages ud af brug, indtil spændet er udskiftet.

DU KAN DOWNLOADE EN SKABELON TIL LOGBOG HER (EXCEL)

Logbog for oppustelige redningsveste for: Lindenberg Roklub			
Fabrikat: Mullion	Type: Compact 150	Serienummer på vest: 076513 (mærket på blære)	Mærkning i øvrigt: LR 076513 AUT (mærket synligt på vest)
Opdriftsklasse: 150N	Fabrikat af udløser: United Moulders Pro-Sensor Mk 2 Serie nr. 010130	Automatisk/manuel udløsning: Automatisk	Udløbsdato for auto udløser: 07/2016
Indkøbt måned/år: 8/2013	Vægt af CO2: 38 gram		
Årligt eftersyn: Måned/år/ansvarlig 04/2014/ J.Gastrup-Hansen			
Vest anvendt til øvning i svømmehal. Vest skyllet med ferskvand og tørret ved lufttemperatur. Opdriftsblære efter- set. UML udløser forsynet med ny CO2 38 gram patron og nyt udløselement med udløbsdato den 07/2016. Vest pakket og frigivet til brug. Sign. GRH			
Årligt eftersyn: Dato/år/ansvarlig _____/_____/_____			

Eksempel på logbog for oppustelige redningsveste.

HVORDAN F

EN OPPUSTELIG REDNINGSVE



PAKKER DU

ST NÅR DEN ER SPRUNGET OP



Web-TV

FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

Har klubben også ansvaret for at redningsveste eller andet sikkerhedsudstyr er i orden, hvis medlemmerne anvender deres eget grej?

Ja. Klubben har igennem rederansvaret pligt til at sikre, at det sikkerhedsudstyr, der anvendes, er i orden. Derfor skal klubben sørge for, at medlemmerne er bekendt med, hvordan sikkerhedsudstyret betjenes, og instruere dem i, at de skal efterse udstyret, hver gang

det medbringes på en rotur. Det betyder f.eks., at man skal kontrollere, at remme og fløjte mv. på en redningsvest er i orden.

Hvad er DFfRs regler om anvendelse af redningsveste?

DFfRs regler er, at der altid skal medbringes redningsveste på langture, jf. langtursreglementet. Desuden er det jf. DFfRs vedtægter §5 stk. 2 klubbens



Redningsveste skal pakkes så de ikke generer roning og ikke kan blive taget af vinden. Samtidig skal de være let tilgængelige i tilfælde af en ulykke.



Sådan kan du også lægge vestene i båden. Husk det er altid styrmanden, der beslutter, hvad der er den rigtige måde at opbevare vestene på.

pligt at fastsætte retningslinjer for anvendelse af flydeudstyr (dvs. redningsveste og svømmeveste) indenfor klubbens daglige roområde. Se DFfRs vedtægter her.

DFfR anbefaler, at man altid medbringer redningsveste i både, og at man øver sig i at tage dem på i vandet, se “retningslinjer for sikkerhed” her.

Hvor skal redningsvestene placeres i båden?

Det er styrmandens opgave at sikre, at båden er pakket forsvarligt, og dermed også beslutte, hvor redningsvestene skal placeres. Men redningsvestene skal naturligvis være tilgængelige, samtidig med at de skal være sikret mod at blæse eller skylle over bord, og så skal de helst ikke være for meget i vejen, hvis man skifter plads i båden. Derfor afhænger placeringen også af, hvordan man plejer at skifte plads. Redningsvestene bør ikke staves af vejen i for- eller agterrum, da de så ikke vil være let tilgængelige, hvis besætningen skal bruge dem.

På langture er det ikke usædvanligt at lægge redningsvestene på forlugen og sikre dem ved at trække fanglinen igennem dem. Derved forbedrer man bådens synlighed og man får bedre plads i båden.



Inde i redningsvesten sidder mærkningen. Her kan du tjekke, om redningsvesten passer til din vægt.



Redningsveste skal ikke pakkes ned lastrummene.



Tjek årligt lukkeenhederne både på oppustelige og almindelige redningsveste.

ELDREERD



ONING

ÆLDRE RØNING

- KAN MAN BLIVE FOR GAMMEL TIL AT RØ?

Roning kan dyrkes af både unge og gamle og kan i høj grad tilpasses roernes niveau og formåen.

For at roningen foregår sikkert, stilles der imidlertid krav til roerens bevægelighed.

Bevægeligheden svækkes med alderen, og derfor skal man være opmærksom på, at man godt kan blive for gammel til at ro. Men bevægelighed hænger ikke kun sammen med alder – selv yngre mennesker kan af forskellige årsager have (fået) så dårlig en

bevægelighed, at det ikke er sikkert for dem og deres medroere, at de dyrker roning på vandet.

Her er nogle af de signaler, det er værd at lytte til:

Er du tryk ved roning?

Roeren skal føle sig tryk ved roning.

Kan kroppen følge med?

Kan roeren selv komme op og ned i båden? Tage et fuldt rotag? Skifte plads, hvis det er nødvendigt? Sætte båden i vandet og tage den op igen?





TrygFonden

BALTIC
WINNER 150

adidas

SCD

NOKIA

Kan du opfylde klubbens svømmekrav?

Størsteparten af danske roklubber har et svømmekrav på mindst 300 meter. DFfR anbefaler, at alle roere aflægger en svømmeprøve, hvert eller hvert andet år. På den måde kan man opdage det, hvis formen ikke længere er til at færdes på vandet – for mange vil det være en anledning til at øve sig lidt, indtil man igen kan svømme distancen. For nogle vil det være den øjenåbner der skal til, for at blive på land.

Hold fast i medlemmer med reduceret bevægelighed

Hvis en roer stopper sin aktive ro-karriere på vandet er det ikke ensbetydende med, at det skal være et STOP i roklubben. Et bredt spektrum af aktiviteter kan være med til at fastholde disse medlemmer – eksempelvis gymnastik, svømning, rospinning, og det er en god ide, at have disse aktiviteter som en fast del af klubbens tilbud allerede inden der er behov for at nogen bliver på land.

Hvem skal sige stop?

Det kan være svært at opgive roning på vandet. Og det kan være meget svært at give den besked til en klubkammerat gennem mange år.

Derfor anbefaler DFfR, at man i roklubberne diskuterer kravene til bevægelighed åbent og udstikker klare retningslinjer. Herunder hører naturligvis svømmekravet, men også skift og bevægelse i båden og håndteringen af den kan inddrages som krav til frigivede roere.

Styrmanden har ansvaret for, at den besætning han/hun tager med ud er i stand til at gennemføre den planlagte tur. Men DFfR anbefaler, at klubben, ud over svømmefærdighederne, sikrer, at alle frigivede roere har de fornødne og basale færdigheder, som det kræves at ro.









SKOLE OG
ARRANGE



**S FIRMA-
MENTER**

KLUBAKTIVITET ELLER "ERHVERVSMÆSSIG PASSAGERSEJLADS"?

ER ET SKOLE- ELLER FIRMAARRANGEMENT DET ENE ELLER DET ANDET?

Hvis en klub laver aktiviteter for andre end medlemmerne er der nogle gange tale om erhvervsmæssig passagersejladts ifølge Søfartsstyrelsen. Hvis man udfører erhvervsmæssig passagersejladts stiller myndighederne krav om, at man udarbejder en sikkerhedsinstruks efter bestemte retningslinjer. Mange klubber har været i tvivl om, hvor grænsen gik mellem erhvervsmæssig passagersejladts og almindelig klubaktivitet.

DIF har sammen med DFfR søgt en afklaring hos Søfartsstyrelsen (SFS). Her er deres svar:

01. Når vi holder åbent hus med roture, "kom og prøv at ro", for at hverve medlemmer?

SFS vurderer, at der ikke foreligger "erhvervsmæssig passagersejladts". I stedet er der tale om en almindelig klubaktivitet. SFS forudsætter i denne forbindelse, at de potentielle medlemmer ikke betaler for sejladtsen.

02. Når vi laver et roarrangement for et firma, der er sponsor for roklubben? SFS vurderer, at der formentlig er tale om "erhvervsmæssig passagersejladts", hvis arrangementet udelukkende gennemføres for den pågældende sponsor. Det skyldes, at sponsorstøtten kan anses for en modydelse, dvs. for en betaling, for sejladtsen. Det bemærkes, at betaling i almindelighed anses som et tungtvejende indicium for, at der er tale om "erhvervsmæssig passagersejladts". Omvendt er der formentlig ikke tale om "erhvervsmæssig passagersejladts", hvis sponsoren blot modtager nogle fribilletter til et større arrangement, der ikke gennemføres specielt for sponsorer.

03. Når vi laver et roarrangement for et firma, der betaler for det?

Efter SFS' vurdering foreligger der her et klart eksempel på "erhvervsmæssig passagertransport". Det skyldes, at parterne har indgået en aftale om betaling for sejladtsen og dermed

handler erhvervsmæssigt. SFS antager i øvrigt, at der er tale om, at klubben forestår sejladsen. I givet fald påhviler forsikringspligten klubben.

04. Når vi laver et roarrangement for en gruppe mennesker, der ikke er medlemmer af roklubben, der betaler for eventen? F.eks. en polterabend eller lignende.

04.a. hvor vi ikke forventer at de senere vil melde sig ind i klubben?

04.b. hvor vi betragter det som et reklamearrangement, i håb om at deltagerne senere melder sig ind i klubben?

Ad 04.a. SFS anser også denne form for sejlads for et klart eksempel på "erhvervsmæssig passagertransport":

Der foreligger således betaling og dermed en erhvervsmæssig situation. Det er underordnet, at klubben forventer, at deltagerne ikke melder sig ind i klubben.

Ad 04.b. Efter SFS' opfattelse foreligger der også "erhvervsmæssig passagertransport" i dette tilfælde på grund af betalingsforholdet. Det er uden betydning, om klubben betragter sejladsen som et reklamearrangement. Klubbens forhåbninger om, at deltagerne senere melder sig ind i klubben, ændrer heller ikke billedet.

05. Når vi laver roarrangementer sammen med skoler?

05.a. i idrætstimer og lignende?

05.b. i fritiden, men hvor vi reklamerer



på skoler?

Ad 05.a. Her kommer det an på de nærmere omstændigheder.

Hvis klubben modtager betaling, vil der formentlig kunne være tale om ”erhvervsmæssig passagersejlad”.

Ad 05.b. Her kommer det også an på de nærmere omstændigheder.

Hvis klubben modtager betaling, vil der formentlig kunne være tale om ”erhvervsmæssig passagersejlad”.

Det forhold, at klubben reklamerer for roning på skolers opslagstavler o.l. er af underordnet betydning.

06. Når vi medtager roere fra andre klubber som gæster?

Hvis klubben medtager roere fra andre klubber uden betaling, foreligger

der efter SFS’ vurdering en almindelig klubaktivitet, som ikke falder ind under ”erhvervsmæssig passagersejlad”.

Efter omstændighederne kan det samme gøre sig gældende i situationer, hvor klubben medtager roere fra andre klubber mod betaling. Det kan eksempelvis være tilfældet, hvis disse andre roere betaler et gebyr for deltagelse i en kaproning, hvor de selv fører deres robåd og dermed selv forstår sejladsen.

07. Betyder det noget, om instruktørerne får betaling?

Hvis en instruktør får betaling af passagererne, vil der formentlig være tale om ”erhvervsmæssig passagersejlad”. Det gælder især, hvis betalingen





overstiger en forholdsmæssig andel af udgiften ved sejladsen.

Hvis klubben betaler for instruktøren, som herefter instruerer klubbens medlemmer, foreligger der efter SFS' vurdering en almindelig klubaktivitet og ikke en "erhvervsmæssig passagersejlads".

08. Betyder det noget, om der er erfarne roere, ud over instruktøren, i båden?

Nej, roernes erfaringsniveau betyder ikke noget ved en vurdering af, om der foreligger en "erhvervsmæssig passagersejlads".

Samlet set har det først og fremmest betydning, om der foreligger betaling for sejladsen, og om sejladsen er åben for en bredere kreds. Jo højere betalingen for sejladsen er, og jo mere sejladsen er åben for et bredt publikum,



desto større er sandsynligheden for, at der foreligger en "erhvervsmæssig passagersejlads".

For god ordens skyld bemærker SFS i øvrigt, at det i sidste instans er domstolene, som fastlægger retstilstanden vedrørende athenreglerne om ansvar og forsikring for passageransvar. SFS kan således kun give et bud på retstilstanden. SFS' muligheder for at kvalificere retstilstanden øges, når og hvis der på et tidspunkt kommer til at foreligge domme på området.

Skulle svarene ovenfor give anledning til yderligere spørgsmål og bemærkninger, er Søfartsstyrelsen selvfølgelig indstillet på fortsat dialog om sagen.

SIKKERHEDSINSTRUKS FOR SKOLESAMARBEJDER I XXXX ROKLUB

Udarbejdet: 3. april 2014 13:41

Skolen og klubben skal i samråd udfylde og tilpasse følgende sikkerhedsinstruks til det enkelte arrangement. Der er givet forslag til hvilke områder der **kan** berøres under hvert punkt, men listerne er **ikke** udtømmende.

Vejledningen er udarbejdet af DFfRs sekretariat i samarbejde med Sikkerhedsudvalget. Ved spørgsmål kontakt Ronja Egsmose: roe@roning.dk eller 26 54 76 96.

DOWNLOAD SIKKERHEDSINSTRUKSEN HER

Hvilket fartøj gælder denne sikkerhedsinstruks for?

Skriv navn(e) på bådene, f.eks.

EDON begynder single scullere (**TS515**) tilhørende Dansk Forening for Rosport og evt. andet materiel tilhørende xxxx Roklub.

1. Identifikation af rederen

Skriv navn og adresse på klubben. Rederen er den person eller det organ, som har ejerskab af sejladsaktiviteterne.

Når klubben stiller materiel (herunder også DFfR's EDON både) og instruktører til rådighed, er klubben reder og har dermed ansvaret for at udarbejde

sikkerhedsinstruksen. Klubben skal sørge for, at arrangementet foregår fagligt og sikkerhedsmæssigt forsvarligt, samt at alle deltagere orienteres om sikkerhedsinstruksens indhold. Klubben udpeger en person, der har ansvaret for aktiviteten på dagen.

2. Roaktiviteter

Beskriv roaktiviteterne samt hvor og hvornår de må foregår, herunder bl.a.:

- Hvilken aktivitet?
- Hvilket område foregår roningen i (definér ro-området)?
- Beskriv rammerne/begrænsningerne for roningen, herunder:
 - Vandtemperaturen
 - Bølgehøjden
 - Vindstyrken og -retningen
 - Sigtbarheden

På DMIs side "Til vands" (...) kan de aktuelle vejrforhold på dagen findes.

3. Identifikation af risici

Beskriv de sikkerhedsmæssige risici, der kan være forbundet med roaktiviteterne beskrevet i punkt 2, f.eks.:

- Overbordfald/kæntring
- Drive væk fra land

4. Tiltag til at imødegå risici

Beskriv, hvad der skal gøres for at imødegå de identificerede risici under punkt 3, f.eks.:

- Forældresamtykke til deltagelse
- Svømmefærdigheder
- Sikre sig at ingen lider af sygdomme eller handicap, der kan udgøre

en risiko under roning

- Redningsveste (som skal tilpasses den enkelte bruger)
- Følgebåde (motorbåd eller andet)
- Tilse udstyr for at sikre funktionsdygtighed
- Vejrforhold
- Roområdet
- Opsyn
- Formidling af sikkerhedsinstruksens indhold til deltagerne

5. Beskrivelse af robådene og udrustning

Beskriv fartøjet, herunder den anvendelse det ifølge producentens anvisninger er beregnet til, f.eks.:

EDON single scullere (TS515) er beregnet til begyndere. Med et meget stabilt skrog design og stabilisatorer på riggen er båden næsten umulig at tippe. Materiale: polyethylen skum sandwich der ligger imellem 2 lag af solid polyethylen, der gør den meget holdbar og synkefri, desuden meget stiv og let. Længde: 5,15meter

Hvis klubben benytter andet romateriel ved skolesamarbejder beskrives det her.

Beskriv det udstyr, der skal være om bord eller bæres i forbindelse med roaktiviteterne, og hvordan det vedligeholdes, f.eks.:

- Redningsveste, som efterses inden de benyttes

Beskriv krav til deltagerne, f.eks. opførsel, pligter og kompetencer, bl.a.:

- Svømmefærdigheder
- Opførsel
- Følge anvisninger fra instruktøren

6. Instruktører og disses kompetencer

Beskriv krav til instruktørernes antal og kompetencer, f.eks.

- Antal instruktører til en skoleklasse
- Krav til kurser og praktisk erfaring
- Vurdering af vind og vejr den pågældende dag
- Svømmefærdigheder
- Ikke lider af sygdomme eller handicap, der kan udgøre en risiko under roningen

7. Operative forholdsregler, som skal følges af instruktørerne og deltagerne

Beskriv operative begrænsninger f.eks.:

- Roområdet
- Tid på døgnet/året hvor der må ros
- Vandtemperatur
- Maksimalt antal personer ombord (i en EDON båd er dette 1)

8. Forholdsregler, som sikrer, at alle kan reddes ved ulykke

Beskriv, hvordan alle kan reddes i den værst tænkelige situation, f.eks.:

- Redningsveste (som skal tilpasses den enkelte bruger)
- Følgebåd (motorbåd eller anden)
- Hvad gør en deltager i tilfælde af overbordfald eller kæntring? Og hvordan redes de i land?
- Hvad gør en deltager hvis denne driver væk fra land? Og hvordan redes de i land?

9. Forholdsregler, som sikrer, at der altid kan tilkaldes assistance ved ulykker

Beskriv, hvordan der kan tilkaldes hjælp, f.eks. ved hjælp af:

- Følgebåd (motorbåd eller anden)
- Mobiltelefon
- VHF (hvis det er mere åbent farvand)

I tilfælde af ulykker, der ikke umiddelbart kan udbedres:

Ring til alarmcentralen. **Tryk 1-1-2**

Fortæl at I har brug for hjælp:

- hvem du er (navn og funktion)
- at du ringer fra:
xxx Roklub
Adresse
- telefonnummeret du ringer fra
- hvor på havnen/ved vandet den tilskadekomne befinder sig
- hvad der er sket
- hvor mange tilskadekomne, der er tale om.

10. Forholdsregler, som sikrer, at oplysning om antallet af personer om bord er kendt og opbevares i land og er let tilgængelig i tilfælde af en redningsaktion

Skriv, hvordan oplysninger om antallet af personer, varighed af sejladsen og den planlagte rute registreres og opbevares i land, f.eks.:

- Skolen medbringer en deltagerliste med angivelse af forældre tilladelser
- Navneopråb
- Opbevaring af listen i land
- Turen indføres i roprotokollen

11. Forholdsregler, som sikrer, at der altid afgives sikkerhedsinstruktion til nye ombordværende personer inden sejladsens start

Beskriv, hvem der skal lave sikkerhedsinstruktionen, samt hvornår og hvordan det skal foregå, f.eks.:

- Skolen kender sikkerhedsinstruksens indhold
- Hvem laver sikkerhedsinstruktionen i klubben for eleverne, og hvordan formidles budskabet?
- Sikre sig at alle deltagere har forstået indholdet, så de ved, hvad de skal gøre i en nødsituation, f.eks. at de kan iføre sig og betjene redningsvesten, har fået fremvist båden og forklaret, hvorfor den er synkefri osv.

12. Forholdsregler, som beskriver, hvordan der følges op på utilsigtede hændelser eller ulykker

Beskriv, hvem der skal følge op på utilsigtede hændelser, samt hvornår og hvordan det skal foregå, f.eks.:

- Underretning af klubbens bestyrelse/formand (angivelse af navn og kontaktoplysninger)

Underskrifter:

(skolen)

(roklubben)

FORSIKR





ING



HVORDAN ER ROKLUBBEN DÆKKET AF IDRÆTTENS FORSIKRINGER?

Danmarks Idræts-Forbund (DIF) og Danske Gymnastik- & Idrætsforeninger (DGI) har i forsikrings-selskabet Tryg tegnet fem fælles (kollektive) forsikringer, som din forening, via medlemskabet af DIF og/eller DGI, automatisk er dækket af.

De fem forsikringer er:

1. En ansvarsforsikring,

som dækker det erstatningsansvar, som din forening kan pådrage sig i forbindelse med sin virksomhed.

2. En lovpligtig og en frivillig arbejdsskadeforsikring.

Den lovpligtige del dækker, hvis f.eks. en af foreningens lønnede eller ulønnede trænere kommer til skade under udførelsen af trænerjobbet. Den frivillige del dækker, hvis en af foreningens frivillige ledere kommer til skade, mens han/hun virker for foreningen.

3. Psykologisk krisehjælp,

som dækker, hvis personer i eller omkring foreningen involveres i en alvorlig hændelse – f.eks. et ulykkestilfælde.

4. En idrætsrejseforsikring,

som dækker foreningens medlemmer, instruktører og ledere på foreningsrejser til udlandet.

5. En retshjælpsforsikring,

som dækker foreningens omkostninger i forbindelse med en retssag.

Hvad betyder det?

Idrættens Kollektive Forsikringer dækker altså foreningens aktiviteter.

Det vil sige, at kommer du til skade, mens du udfører en instruktør opgave for din klub – så er du dækket af Idræt-



tens Forsikringer. Hvis du, under en rotur som menigt medlem, kommer til skade – så er det din egen ulykkes- og ansvarsforsikring der dækker.

Ved skolearrangementer er forsikringsforholdet anderledes.

Forsikring ved skolesamarbejder:

I henhold til nedenstående bekendtgørelse fra Søfartsstyrelsen samt beskrivelse af policen for den kollektive ansvarsforsikring under Idrættens forsikringer hos TRYG gælder følgende:

Hvis en skoleelev kommer til skade ved et skolesamarbejde (mellem skole og klub) og:

- klubben stiller materiel og instruktører til rådighed ved arrangementet
- skaden skyldes en fejl eller forsømmelse af klubben eller dens instruktører (og klubben dermed er ansvarlig for skaden) vil klubben gennem sit medlemskab af DFfR (og dermed DIF) være dækket af den kollektive ansvarsforsikring under Idrættens Forsikringer hos TRYG, og dermed have økonomisk mulighed for at dække de erstatningskrav, der måtte opstå.

Hvis en skole låner både til en aktivitet uden at instruktører (besætning) fra



klubben medvirker, er skolen selv ansvarlig for aktiviteten, med alt hvad det indebærer om sikkerhedsinstrukser og forsikring.

Lovtekster og forsikringspolice:

Der henvises til Søfartsstyrelsens Bekendtgørelse om mindre fartøjer der medtager op til 12 passagerer (BEK nr 956 af 26/09/2012), hvor disse udpluk er taget fra:

Skoler og uddannelsesinstitutioners sejlads med elever, hospitalers sejlads med patienter samt behandlingshjem,

ningers (SFO'er) sejlads med de personer, som deltager i ordningen, anses som sejlads, der finder sted som led i erhvervsmæssig virksomhed.

"Rederen" er den person eller det organ, som har ejerskab af sejladsaktiviteterne. Rederen er derfor ansvarlig for valget af sejladsaktiviteter, samt for hvordan de tilrettelægges og udføres. Rederen kan være ejer af fartøjet men behøver ikke at være det. Sejladserne kan udmærket foregå i lejede eller lånte fartøjer. Det afgørende er, om ejeren har ejerskab af sejladsaktiviteterne.

Rederen skal i sikkerhedsinstruksen angives ved navn og adresse.

Rederen skal udarbejde en sikkerhedsinstruks for sikker sejlads med det eller de fartøjer, som rederen anvender til sejladsaktiviteterne. Formålet hermed er, at rederen identificerer sig selv som den overordnede ansvarlige for sejladsaktiviteterne.

Det er rederens ansvar, at sikkerhedsinstruksen udarbejdes af personer med maritime kompetencer, som er dækkende for de konkrete sejladsaktiviteter.





Fra TRYG forsikring lyder det:

Passageransvar for sejlads med mindre fartøjer med op til 12 passagerer: Ansvarsforsikringen er udvidet til at omfatte sikredes erstatningsansvar ved ulykker under søtransport af passagerer i mindre fartøjer, der højst må medbringe 12 passagerer i henhold til søloven, jf. lov. nr. 249 af 21. marts 2012 (lov om ændring af søloven) eller fremtidige bestemmelser, der måtte erstatte de nuværende gældende bestemmelser.

Udvidelsen af ansvarsforsikringen omfatter sikredes erstatningsansvar for personskader og skader på håndbagage forvoldt ved erhvervsmæssig passagertransport og med de dækningssummer, der følger af lov nr. 249 af 21. marts 2012, jf. heri indeholdte henvisning til bestemmelserne i Europa Parlamentets og Rådets forordning


(EF) nr. 392/2009 af 23. april 2009 om transportørens erstatningsansvar ved ulykker under søtransport af passagerer (Athen-forordningen).

Forsikringen omfatter ikke erstatningsansvar forvoldt ved anvendelse af fartøjer, der måtte falde udenfor bekendtgørelse nr. 956 af 26. september 2012 (bekendtgørelse om mindre fartøjer der medtager op til 12 passagerer). Særskilt ansvarsforsikring skal tegnes for sådanne fartøjer.

Tryg forbeholder sig ret til regres i forhold til sikrede, hvor sikrede forsætligt eller groft uagtsomt har undladt at iagttage relevante sikkerhedsforanstaltninger og instruktioner i henhold til de af Søfartsstyrelsen udstedte regler og vejledninger for sejlads for de mindre fartøjer omfattet af denne klausul.

VINTER





ONLINE

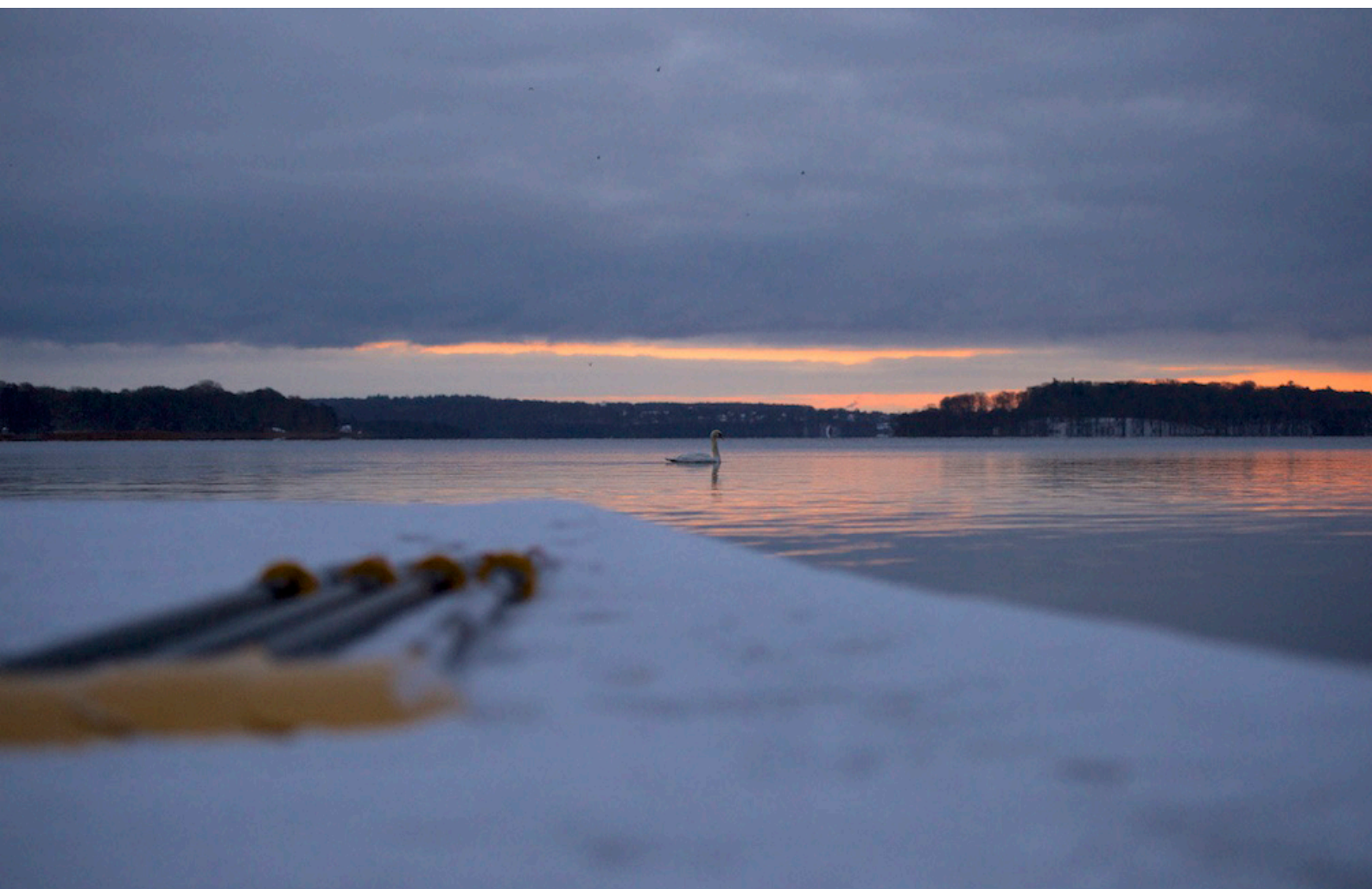
SIKKERHED VED VINTERRONING

DFfR har en vejledning for vinterroning, der gør det muligt at ro om vinteren under konkrete sikkerhedsmæssige rammer.

Rosæsonen er traditionelt forår, sommer og efterår, hvor luft- og vandtemperatur ikke er alt for lav, og, hvor der er mange lyse timer.

Men nogle ror også om vinteren, både for fornøjelsens skyld og for at være godt forberedt til sommerens regattaer.

Roning om vinteren kan være en rigtig stor fornøjelse, og en dejlig afveksling fra ergometret. Men luften og vandet er koldere og det bliver tidligere mørkt end om sommeren, så man skal være



mere opmærksom og tage de nødvendige sikkerhedsforanstaltninger.

Det er ligesom resten af året klubberne, der skal fastsætte reglerne for deres vinteraktiviteter, men DFfR har udarbejdet en særlig vejledning i vinterroning, som klubberne kan tage udgangspunkt i, når de udarbejder deres eget reglement eller sikkerhedsinstruks for vinterroning.

VEJLEDNINGEN I VINTER-
RONING FINDES HER

Søsportens Sikkerhedsråd har udarbejdet en brochure om kulde og beklædning.

LÆS HER SØSPORTENS
SIKKERHEDSRÅD OG
ANBEFALINGER

LÆS HER EN FOLDER FRA
SØSPORTENS SIKKER-
HEDSRÅD OM KULDE



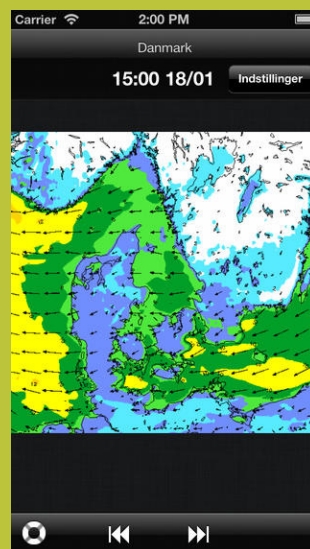
NYTTIGE

OG APPS



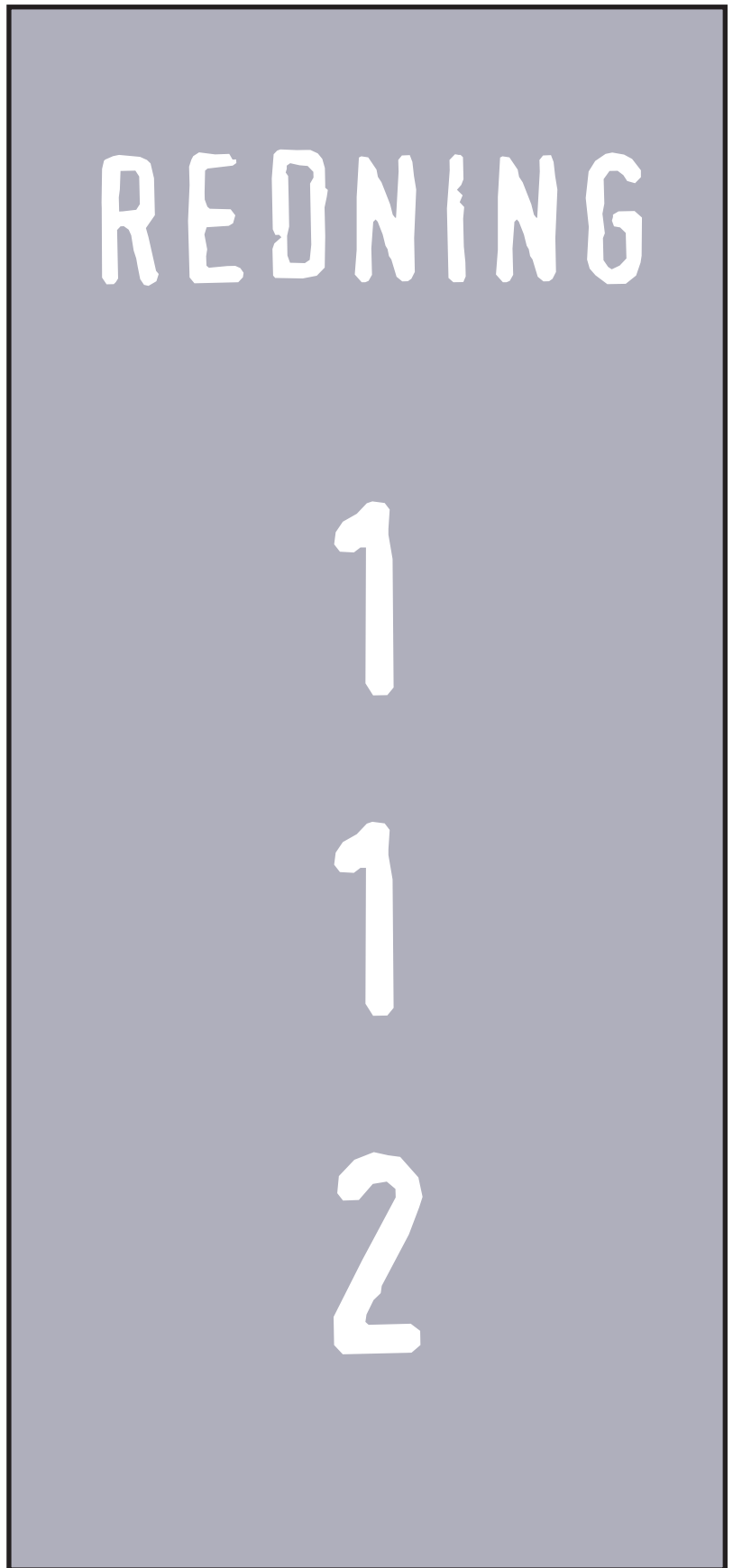
LINKS

SEJLADSUDSIGTER APP



SEJLSIKKERT APP







Dansk Forening for Rosport

Skovalléen 38A
2880 Bagsværd
Danmark

Telefon: 4444 0633

Fax: 4444 0449

E-mail: dffr@roning.dk

www.roning.dk