

Fælles regler

FR 1 – Generelt

Disse sikkerhedsregler og klubbens vedtægter gælder for al udøvelse af roning i klubbens regi.

Ved overtrædelse af reglerne vurderer bestyrelsen eventuelle konsekvenser.

Du er ansvarlig for din egen og andres sikkerhed ved:

- løbende at vurdere din egen fysiske- og helbredsmæssig formåen og oplyse herom
- altid at sige fra, hvis dine kræfter og færdigheder ikke slår til, for en planlagt tur eller undervejs på en tur
- altid at sikre, at du kan opfylde klubbens svømmekrav

FR 2 – Svømmefærdigheder

Al udøvelse af roning i klubregi, forudsætter at du kan opfylde klubbens svømmekrav, som defineret under henholdsvis kajak- og inriggerafsnittene.

Ved indmeldelse skal du stå inde for, at du kan opfylde klubbens svømmekrav.

Du er til stadighed selv ansvarlig for at vedligeholde dine svømmefærdigheder og din fortrolighed med vandet.

FR 3 – Rofarvand

Klubben har følgende farvande (*se bilag "Klubbens rofarvande"*), hvor der gælder specifikke regler for hhv. kajak- og inriggerroning:

- **Dagligt kajakfarvand:** Mellem Egholm i øst, Øland møllerne i vest og Rønholm/Klitgård i syd, samt Ryå
- **Udvidet kajakfarvand / Dagligt inriggerfarvand:** Mellem Jernbanebroen i Aalborg i øst, Attrup Havn i vest, Nibe Havn i syd, samt Ryå i nord
- **Frit rofarvand:** Alle øvrige farvande

FR 4 – Rosæsoner

- **Sommersæsonen** er fra standerhejsning (sommertid begynder) til standerstrygning (sommertid ender)
- **Vintersæsonen** er fra standerstrygning til standerhejsning, hvor regler for "vinterroning" er gældende, se krav under hhv. kajak- og inriggerregler

FR 5 – Før roturen

Vurder altid vejrudsigten, observer omgivelserne, kend vandtemperatur, overvej nøje din påklædning og ekstra tøj, egne evner og begrænsninger – er dagsformen i orden? Planlæg turen ud fra dette.

Du har selv ansvar for altid at skrive dig ind på "Rokort" før roturens start.

Tjek båd og materiel, og brug kun udstyr, der er i orden. Giv besked om eventuelle fejl eller mangler på klubmateriel til en instruktør eller et bestyrelsesmedlem.

FR 6 – På roturen

- Du skal **ALTID** bære en CE-godkendte svømme-/redningsvest og en fløjte
- Medbring altid en mobiltelefon
- Ved optrækkende uvejr, stærk blæst, torden eller tåge skal du straks søges imod land
- Ved roning efter mørkets frembrud skal du bruge lanterne eller anden 360 graders hvidt markeringslys
- Er du kæntret eller blevet nødt til at efterlade din båd på vandet, skal du, så snart du kommer i land, kontakte et bestyrelsesmedlem og det lokale politi (telefon 1-1-4) for at undgå en eftersøgning

FR 7 – Efter roturen

Husk at afslutte turen på "Rokort", så alle ved, at du er vel i land.

Er der sket uheld eller skader på materiel på roturen, skal du give besked til en instruktør eller et bestyrelsesmedlem.

Kajak regler

KR 1 – Generelt

Dette afsnit gælder generelt for roning i kajakker, såvel havkajakker som turkajakker.

Når der stævnes ud fra GRK, skelnes der ikke mellem roning i klubbens eller i private kajakker.

Oppustelige svømmeveste er IKKE tilladt i kajak.

KR 2 – Svømmekrav

Svømmekravet er 600 meter og du skal til enhver tid stå inde for, at dette krav kan opfyldes.

KR 3 – Frigivelsesgrader

	Kursister	Let øvet	Øvet	Erfaren
Erhvervet færdigheder til "Havkajakroer 1":	på GRK's Havkajakbegynderkursus	eller EPP2 fra anden klub	eller EPP2 fra anden klub	EPP2 eller højere fra anden klub
Samlede antal km på loggen:	Mindre end 50 km	Mere end 50 km	Mere end 100 km	Mere end 300 km
Mestre kun makkerredning (makkerfrigivet*)	Dagligt kajakfarvand	Dagligt kajakfarvand	Udvidet kajakfarvand	
Kan mestre både selv- og makkerredning (**)	Dagligt kajakfarvand	Dagligt kajakfarvand	Udvidet kajakfarvand	Frit rofarvand
Har tilladelse til medlemskab af: Har tilladelse til:				HavkajakNord Vinterroning, se KR 7

**) En Makkerfrigivet roer skal altid ro sammen med en erfaren roer.*

KR 4 – Ungdomsroere

Ungdomsroere er medlemmer fra 15 til 18 år. Disse kan opnå samme frigivelsesgrader som øvrige roere.

(GRK kan ikke tilbyde Havkajakbegynderkurser for medlemmer under 15 år).

KR 5 – Klubaftener

På klubaftener i sommersæsonen benyttes "dagligt kajakfarvand"

Længere ture på klubaftener udenfor dagligt kajakfarvand skal være slået op på Rokort mindst et døgn inden afgang, som beskrevet under KR 6, Langtursroning.

KR 6 – Langtursroning

Længere ture og udflugter skal, på grund af øgede risici, på forhånd være slået op på "Rokort".

Ved længere ture, udenfor "dagligt kajakfarvand", skal turen ledes af en "erfaren" kajakroer.

Det er turlederens ansvar, at vurdere om evt. deltagelse af let øvede og øvede er forsvarlig, med hensyntagen til deres færdigheder, vejret, vinden og bølgerne m.v. – Kursisters deltagelse på sådanne ture skal vurderes af en instruktør.

Turen starter på land, hvor den ansvarlige instruktør/turleder briefer deltagerne om:

- Destination for turen og evt. ændringer af det udmeldte på Rokort!
- Vejret – hvordan udvikler vind og bølger sig?
- Der roes i én samlet gruppe – hvor holdes der pauser, m.m.
- Hvad er plan B, hvis der sker noget uforudset?
- Uerfarne eller utrygge roere **må aldrig ro alene hjem!**

I gruppen medbringes altid det nødvendige sikkerhedsudstyr: reservepagaj(er) og slæbetov, m.m.

Hvis sejltrengen krydses, **SKAL dette foregå i én samlet gruppe og foregå vinkelret på skibenes sejltrening.**

Hold øje med hinanden - kig dig jævnlige over skulderen.

Turlederen har det overordnede ansvar for sikkerheden og turlederens anvisninger skal følges.

Den enkelte roer har ansvaret for at sige fra, hvis roningen tegner til at overstige dennes færdigheder og kræfter.

KR 7 – Vinterroning

For at blive frigivet som vinterroer skal man være "erfaren", se KR 3 – "Frigivelsesgrader".

Nye vinterroere skal inden første vintertur vejledes af en af klubbens havkajakinstruktører.

Øvrige krav:

- Kajakroning i vinterperioden må kun foregå i havkajakker
- Der skal benyttes tørdragt eller evt. kraftig våddragt
- Der skal som minimum medbringes paddlefloat og øse/pumpe
- Yderligere skal medbringes nødhjælpspose indeholdende førstehjælpsgrej, tørt tøj, varm drik m.m.
- Der skal være aflagt selv-/makkerredning og svømmeprøve med kajak inden for det seneste år
- Der skal så vidt muligt være føling med land - dvs. man skal tilstræbe at ro kystnært
- Det anbefales at ro mindst 2 personer sammen

KR 8 – Turkajakker

For turkajakker gælder, at man skal tilstræbe at ro kystnært.

Klubbens turkajakker må kun benyttes af medlemmer, som er uddannet EPP2 i turkajak (GRK kan ikke give kurser i turkajak).

Vinterroning i turkajak er ikke tilladt.

Inrigger regler

IR 1 – Generelt

Dette afsnit gælder generelt for roning i inriggere.

Ved roning i inriggere skal der altid være en uddannet styrmand i båden.

Styrmanden har det fulde ansvar for mandskab, gæsteroere og materiel. Styrmanden har således ansvaret for at sikkerhedsreglerne overholdes, at der kun roes i både, som er i orden, at bådens mandskab opfører sig forsvarligt, og at vejrforholdene er forsvarlige.

IR 2 – Svømmefærdigheder

Svømmekravet er 300 meter og du skal til enhver tid stå inde for, at dette krav kan opfyldes.

IR 3 – Frigivelsesgrader

	Kursister	Frigivet roer	Korttursstyrmand	Langtursstyrmand
Uddannelse / Færdigheder	Erhverver færdigheder i roning via roskole	Afsluttet roskole *)	Bestået lokalt kursus *)	Bestået DFfR kursus *)
Erfaring / Samlede antal km på loggen	Mindre end 50 km	Mere end 50 km	Mindst 1 år erfaring Mere end 200 km	Udvist erfaring som korttursstyrmand
Må ro i:	Dagligt inriggerfarvand sammen med instruktør	Dagligt inriggerfarvand Frit rofarvand	Dagligt inriggerfarvand Frit rofarvand	Dagligt inriggerfarvand Frit rofarvand
Må deltage i:	Sommerroning	Sommerroning Langtursroning Vinterroning	Sommerroning Langtursroning Vinterroning	Sommerroning Langtursroning Vinterroning

*) Godkendes og udstedes af bestyrelsen

IR 4 – Langtursroning

Langtursroning defineres som roning uden for "dagligt inriggerfarvand", samt i fremmed klubs "dagligt inriggerfarvand".

Langtursroning må kun foretages ud fra disse sikkerhedsregler, samt gældende regler fra DFfR.

Enhver langtur skal planlægges og føres af en roer med "langtursstyrmandsret". Det er den ansvarlige langtursstyrmand, der er ansvarlig for båden på hele turen, uanset hvem der styrer på et givet tidspunkt. I forbindelse med planlægning af turen, skal turen og dens deltagere meddeles på Rokort.

Vær opmærksom på, at regler for langture i andre klubbers regi kan være anderledes.

IR 5 – Vinterroning

Vinterroning skal ske under hensyntagen til de dermed forbundne risici, herunder vandtemperatur, sigtbarhed, lufttemperatur mv. således at der kun roes, når vejrforholdene gør det forsvarligt.

Vær ekstra opmærksom på passende påklædning, evt. tørt skiftetøj samt varme drikke.

- Der må kun roes i tidsrummet fra ½ time efter solopgang til 1 time før solnedgang
- Vinterroning må kun udøves af frigivne roere.
- Der må i vinterperioden kun roes i inriggerbåde
- Vinterroning må foregå i eget "dagligt inriggerfarvand"
- Der skal så vidt muligt være føling med land - dvs. man skal tilstræbe at ro kystnært
- Vinterroning fra anden klub sker ud fra pågældende klubs vedtægter
- Der må ikke roes i isfyldt farvand

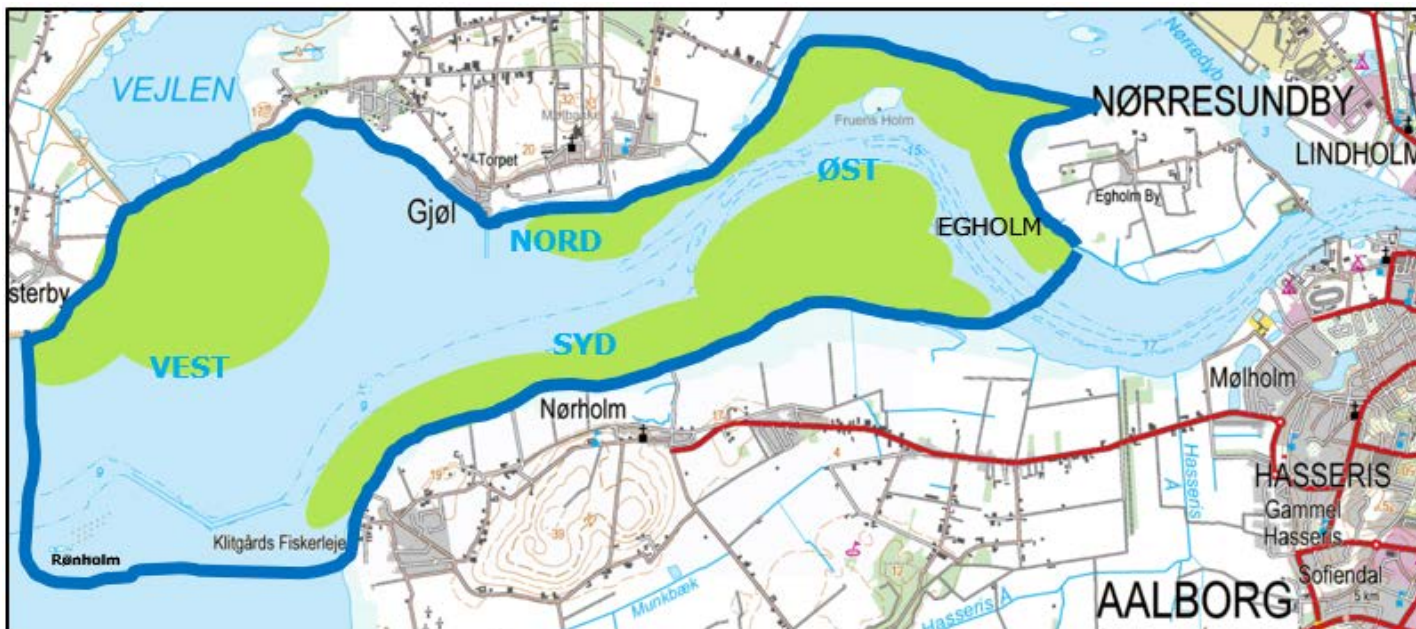
IR 6 – Outriggerroning

Outriggerbåde må kun roes af uddannede outriggerroere eller af frigivet roer sammen med en instruktør.

Outriggerret godkendes af instruktør og udstedes af bestyrelsen.

Outriggerbåde må ikke benyttes til vinterroning

Kajak: Dagligt farvand



Dagligt farvand (klubaftener)

Frirningsaktiviteter foregår i dagligt rofarvand - (Ture på Ryå betragtes også som en frirningsaktivitet.)

Kajak: Udvidet farvand / Inrigger: Dagligt farvand



Rofarvandet er defineret som området imellem:

- Jernbanebroen i øst
- Attrup havn i vest
- Nibe i syd
- Ryå i nord