

# Regelsæt for Kajakroning i IF Frem Havkajak & SUP

## §1

Foreningens instruktører skal orientere nye medlemmer om sikkerhed og etik ved kajaksejls. Herunder brug af naturen til friluftaktiviteter, fredningsbestemmelser, sikkerhed til søs m.v.

## §1a

Foreningens instruktører skal orientere nye medlemmer om risikoen ved at padle kajak, hvis man har en sygdom, der kan f.eks. medføre lammelser eller bevidstløshed. Medlemmet har ligeledes pligt til at orientere instruktørerne eller turlederen om, hvis man har sygdomme, der f.eks. kan medføre lammelser eller bevidstløshed. Medlemmet bør derfor i samråd med egen læge afklare, om det er forsvarligt at færdes i kajak. Det er derefter medlemmets egen endelige beslutning, om det er forsvarligt at padle kajak.

## §2

Alle aktive medlemmer skal gennemlæse og forstå foreningens sikkerhedsbestemmelser.

- a. Sommerreglement/Reglement for padling i lokalt farvand.
- b. Reglement for nye medlemmer/fremmede på prøvetur.
- c. Langtursreglement.
- d. Vinterreglement.

## §2a

Sommerreglement/Reglement for padling i lokalt farvand.

Sommersæsonen varer fra 1.maj til og med uge 41 eller i øvrigt så længe vandtemperaturen er over 12 grader. Det vil sige at det altid er sommersæson mellem 1. maj til og med uge 41. Men sommersæsonen kan godt starte tidligere, hvis vandet bliver varmt tidligt på året eller den kan strække sig længere ind i efteråret, hvis havtemperaturen forbliver over 12 grader.

IF Frem Havkajak's lokale farvand strækker sig fra klubpladsen ca. 18 km sydpå til Bøgeskovens Havn og ca. 15 km nordpå til Jersie Havn.

Det frarådes at ro nordpå mod lystbådehavnen ved pålandsvind over 5 m/s, da selv erfarne roere kan komme i problemer p.g.a. af det åbne hav og refleksbølger.

Alle steder ros med en afstand på max. 100 m fra kysten.

## §2b

Medlemmer i IF Frem Havkajak, der er under instruktion til frigivelse, eller fremmede på prøvetur skal:

- Være fyldt 18 år eller have forældres/pårørendes tilladelse.
- Kunne svømme minimum 150 meter.
- Ro med en afstand på max. 50 m fra kysten.
- Altid ro med svømme-/redningsvest og i følgeskab med kajakinstruktør.

## §2c

Langtursreglement:

Roning uden for det lokale ro-farvand i klubregi anses for langture. Disse aftales altid med instruktør/turledere. På en langtur i klubregi skal der minimum være 2 erfarne padlere med.

## Regelsæt for Kajakroning i IF Frem Havkajak & SUP

### §2d

Vinterreglement:

I vinterhalvåret, det vil sige fra og med uge 42 til og med 30. april, eller i øvrigt herudover hvis vandtemperaturen er under 12°C, skal beklædningen beskytte mod underafkøling.

Klubben anbefaler, at man er min. 2 roere på en vintertur.

Vinterroning alene i klubregi, dvs. hvor et medlem benytter klubbens materiel, må kun foregå på Køge Å eller langs kysten mod syd (mod Slusen) og kun i de lyse dagstimer, fra solopgang til solnedgang. Klubture (arrangeret i regi af kajakklubben og som benytter klubgrej) uden for klubbens rovand skal altid aftales med instruktører/turledere/erfarne roere.

Desuden er den maksimale roafstand til kysten indskrænket til 50 m.

Husk! -en kajaktur kan føre til en svømmetur.

Øvrige krav udover kravene for den aktive roer i § 4.

- Du har først deltaget i teoretisk og praktisk vinterkursus. Herunder er det et krav, at du hvert år laver solo- og makkerredning i vintervand, samt har afprøvet din påklædning i vintervand.
- Du har søgt vintertilladelse og er blevet godkendt.
- Du har desuden som minimum aflagt solo-og makkerredningsøvelse i indeværende sommersæson.
- Der skal altid benyttes tørdragt ved roning om vinteren.
- Følgende skal medbringes: Handsker, hue/hætte, tørt tøj i vandtæt pose, samt mobiltelefon i vandtæt etui.
- Ro aldrig ud hvis vindstyrken overstiger 5 m/s. Tjek altid vejrudsigten inden din tur på vandet.
- eLog skal altid udfærdiges inden turen og afsluttes umiddelbart efter turen. Klubben holder ikke øje med eLog på daglig basis. Formålet med eLog er, at klubben kan fortælle, hvor et medlem har angivet at sejle henad, hvis vi bliver kontaktet f.eks. af redningstjenester.
- Hav altid en klar aftale med pårørende ang. destination og klokkeslæt for hjemkomst. Giv besked hvis du bliver forsinket.
- Du har læst og forstået Søsportens Sikkerhedsråd pjece "Værd at vide om kulde og beklædning til søs".
- Ro kontinuerligt i efteråret og vinteren, således at du vedligeholder dine kompetencer.
- Sidst men ikke mindst, brug din sunde fornuft! Det kan være liv, det handler om. Både dit eget og dem, der skal forsøge at redde dig.

### § 3

Alle kajakker samt tilhørende materiel skal være godkendt af klubbens instruktører.

### §4

Alle aktive medlemmer skal gennemgå foreningens procedure for frigivelse, samt opfylde nedenstående:

- a. Den aktive padler er fyldt 18 år eller har forældres/pårørendes tilladelse.
- b. Den aktive padler skal altid være iført godkendt redningsvest og skørt.
- c. Den aktive padler kan ved kæntring udføre egen-og makkerredning.
- d. Den aktive padler har som minimum kendskab til reglerne. "Lov og ret på vandet" beskrevet i hæftet fra Søsportens Sikkerhedsråd.

## Regelsæt for Kajakroning i IF Frem Havkajak & SUP

For at blive i friroet skal man have gennemført klubbens frigivelsesproces eller kunne dokumentere en tilsvarende uddannelse.

- a. Gennemført IPP2 frironingsforløb
- b. Roet i 4 uger i klubregi (minimum 50 km).
- c. Gennemført den endelige prøve.

Kommer der nye medlemmer til klubben med et gammelt frironingsbevis, forbeholder vi os ret til at vurdere den enkeltes færdigheder før man frigives i klubben.

### § 5

Børneroeer på dispensation, skal indtil det fyldte 18 år altid være ifølge med voksne/forældre, der som et minimum skal være IPP2 eller tilsvarende.

### § 6

Alle kajakker samt tilhørende materiel skal være godkendt af klubbens instruktører samt være mærket med klubbens navn, således at en kajak til enhver tid kan identificeres. Alle redningsveste skal være CE-mærket (typegodkendt).

### § 7

Al udlån af kajakker og materiel skal indskrives i klubbens eLog/program.

### § 8

Som bruger af foreningens udstyr/kajakker til andet end foreningsaktiviteter, skal man være frigivet og have bestyrelsens tilsagn. (se endvidere ordensreglementet).