

Retningslinier for sikkerhed

For at skabe sikre rammer om den daglige roning anbefaler DFfR følgende retningslinjer, der som udgangspunkt bør omfatte alle medlemmer. Der henvises i øvrigt til DFfR's love og reglementer, særligt langtursreglementet.

Individuelle krav:

- Medlemmerne aflægger svømmeprøve, som fornyes hvert eller hvert andet år. 300-600 meter. I lokale 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 svømmetræning 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.



Dansk Forening for Rosport

Skovalleen 38A, 2880 Bagsværd

www.roning.dk