



## Klubbens Almene Sikkerhedsregler

1. Man skal kunne svømme.
2. Man skal altid bære svømmevest.
3. Man skal kunne selvredning og makkerredning, før man må ro mellem havn og kravlegård. Indtil dette er på plads, trækkes kajakerne på vogne over til pontonerne ved sejlkлубben. Det er bestyrelsen (instruktør) der afgør når den enkelte roer kan udføre redningerne tilfredsstillende.
4. Når du er fortrolig med redningerne og har roet 50 km sammen med en frigivet roer, må du tage ud i klubbens kajaker sammen med en makker, som er på minimum samme niveau. Der må roes kystnært.
5. Kurset "Havkajakroer 1" " eller "EPP 2" og højere niveauer giver samme rettigheder som under pkt 4 og der må roes på egen hånd
6. Frigivne roere fra andre klubber vurderes af en af klubbens instruktører.

## Tjekliste for roere.

1. Tjek vind og strøm
2. Passende påklædning i forhold til vejr, vandtemperatur og formål for roning. (hellere for meget end for lidt. Man kan tage lag af hvis det bliver nødvendigt. Man skal kunne klare en tur i vandet)
3. Tjek kajakkens udstyr. Herunder at luger er lukkede, vær særlig opmærksom på kajaker med skjult lukning(fx Eliza, Barracuda, og Poseidon)
4. Reguler fodstøtter og sæde/ryglæn inden du går på vandet.
5. Afprøv evt ror/finne- system hvis monteret.
6. Vælg et skørt der passer til kajakken( og til dig selv, brug ikke neopren-skørt medmindre du har øvet dig i brugen)
7. Medbring Pagajflyder og Pumpe. Min 1 per makkerpar.
8. Hav altid svømmevest på
9. Medbring rigeligt væske.
10. Lav de nødvendige aftaler med din makker/hold