



Regler for vinterroning i robåd i Graasten Roklub

Vedtaget på bestyrelsesmødet den 22. januar 2018

1. Medlemmer, som ønsker at ro i robåd i vinterhalvåret, skal skrive sig på listen på opslagstavlen i klubhuset inden 1. oktober. For at komme i betragtning skal man være mindst 15 år, have roet mindst 300 km i robåd i sommerhalvåret og have aflagt svømmeprøve på 600 m i indeværende år. Man skal desuden i sommerhalvåret have gennemført en egentlig entringsøvelse, dvs. man skal have bevist, at man kan komme fra vandet op i båden uden hjælp.
2. Vinterudvalget (rochef, kajakinstruktør og roinstruktør) gennemfører et eller flere instruktionsforløb. Vinterudvalget tildeler herefter tilladelsen til vinterroning. Vinterroningsudvalget kan nægte et medlem tilladelse ud fra andre kriterier, f.eks. fysik, uansvarlig opførsel mm. Tilladelsen gælder en vinter ad gangen.
3. Vinterroning foregår i dagligt rofarvand. Der bør kun ros i roligt vejr med god sigtbarhed. Der må ikke ros gennem is. Der ros kun i dagslys, dvs. fra en halv time efter solopgang til en halv time før solnedgang. Afvigelser herfra skal aftales med rochefen.
4. Materielforvalteren bekendtgør ved opslag i bådhallen, hvilke både, der må bruges til vinterroning.
5. Ved afgang ringes der op til et bestyrelsesmedlem, og hjemkomsttidspunktet aftales. Ved hjemkomst ringes der op igen. Bestyrelsesmedlemmet har pligt til at følge op, hvis det ikke sker.
6. Minimumsbesætning for vinterroning er 2 + styrmand. Alle skal bære selvoppustelig CE-mærket redningsvest på hele turen.
7. Man er klædt på efter vandtemperaturen, det vil sige med flere lag tøj. Der skal medbringes følgende: Skiftetøj og håndklæde i vandtæt pose, en opladt telefon i egen vandtæt pose, som bæres på kroppen. Varmt vand og kop. Det anbefales at have powerbank til telefonen med (husk at ved lave temperaturer aflader batterier hurtigere), tæppe, lys i tilfælde af tåge.
8. Man skal ro kystnært, maksimalt 150 m fra kystlinjen. Skift må kun foretages, når der er højst 1 m. vand under kølen. Reglerne for roning uden for dagligt rofarvand gælder også om vinteren.
9. Ved kursus/uddannelse og klubture, er det værtens regelsæt, der gælder.
10. Det anbefales at ro kontinuerligt i efteråret og vinteren, således at du vedligeholder din form.

Ovenstående regler for vinterroning er i overensstemmelse med DFfR's regler på området.