



Sikkerhetsreglement for roing i Stavanger Roklub

Roing skal være en trygg sport, preget av allsidig kroppsbruk, innsats i fellesskap og nærhet til naturen.

Roeren sitter nær vannet i spinkle båter. Dette gjør oss spesielt utsatt for skader og drukning. Risikoen er størst ved lave temperaturer og sterk vind. Roerne og trenerne skal alltid være oppmerksom på dette. Ved hver enkelt rotur skal risikoen vurderes av roerne og trenerne som tar de nødvendige forholdsregler..

Vi er sjøens "myke trafikanter". Derfor følger vi sjøens trafikkregler, og viser hensyn overfor andre.

Utriggede båter er ikke bygget for å tåle bølger, og det sportslige utbyttet forsvinner i høy sjø. Derfor foregår all outrigger-roing i skjermet farvann nær land. I innrigger eller turbåt vurderer vi alltid forholdene og egne ferdigheter før vi ror ut i mer utsatt farvann, og tar våre forholdsregler.

Hver enkelt roer og andre tilstedeværende har ansvar for at helse, miljø og sikkerhet (HMS) blir ivaretatt. Det er trenerne som har det overordnede ansvaret for HMS på treningene når de er tilstede. Rosjef har det overordnede ansvaret for HMS i klubben, med styret som øverste ansvarlige.

Stavanger Roklub er opptatt av å ha et levende HMS-system (internkontroll), og hver enkelt av de som er engasjert i klubben har derfor ansvar for å rapportere om risikoavvik til trenere og rosjef slik at det kan vurderes nye sikkerhetstiltak. Styret skal jevnlig behandle sikkerhetsreglement og klubbens internkontrollsystem i henhold til dette utviklingen.

INNHold:

- § 1. Medlemskontingent**
- § 2. Roeren**
- § 3. Trafikkregler**
- § 4. Materiell**
- § 5. Kollisjon/kantring**
- § 6. Vinter-roing**
- § 7. Treneren**

§ 1. MEDLEMSKORT:

1. Alle roere og andre som benytter klubbens materiell skal ha betalt medlemskontingent

§ 2. ROEREN:

1. Enhver roer skal være svømmedyktig. Ved tvil skal den ansvarlige treneren gjennomføre praktisk prøve for å sjekke dette. – Klubben kan etter en nærmere vurdering tillate individuelle skriftlige avtaler med utøver dersom utøveren ikke er svømmedyktig. Roeren må da selv anskaffe og bruke dertil egnet flytevest/flyteplagg.
2. Før en roer kan benytte båtene på egenhånd, skal klubben forsikre seg om at vedkommende har de nødvendige kunnskaper og ferdigheter om trygg ferdsel på vannet.
3. Roeren er selv ansvarlig for å ivareta helse, miljø og sikkerhet, og plikter å melde fra til ansvarlig trener når avvik og fare oppstår.

§ 3. TRAFIKKREGLER:

1. Stavanger Roklubs roområde er Store Stokkavann.
2. I albanosystemet (regattabanen) skal alle ro fra start til mål. Roing fra mål til start skal kun skje til høyre for albanosystemet
3. Trener kan tillate roing ut over reglene beskrevet i § 3.2. etter uttrykkelige avtaler med samtlige trenere og roere på vannet før treningsøkten forutsatt at risikoen er tilfredsstillende ivaretatt.
4. Under vinterroing uten albanosystem skal kursen holdes til høyre for motgående båter for å unngå kollisjon. De ansvarlige roerne i hver båt har ansvar for å sikre tilfredsstillende avstand og jevnlig kontrollere at båten har klar bane.
5. Enhver roer er ansvarlig for å opptre aktsomt og hensynsfullt i ro-området, både med tanke på andre båter, men også andre som bruker vannet.
6. Hvis to båter møter hverandre med motsatt kurs, eller tilnærmet motsatt kurs, skal begge vike til høyre i fartsretningen (styrbord)
7. En robåt som blir innhentet av en annen robåt skal vike, fortrinnsvis til høyre side.

§ 4. MATERIELL:

1. Materiell skal kontrolleres av roeren før roingen starter slik at det er sikkerhetsmessig forsvarlig å gjennomføre økten.
2. Roing skal ikke skje uten baugball, og baugballen skal være tilstrekkelig festet til båten. Alle båter som har sko i fotbrettet skal ha hælstropp som er tilfredsstillende festet mellom hælen og fotbrettet..
3. All bruk av klubbens materiell skal brukes med stor aktsomhet. Skader på materiell skal meldes til materialsjef.
4. Roeren er selv ansvarlig for å vedlikeholde materiellet.
5. Roeren har kun anledning til å bruke båter/årer som er anvist av materialforvalter i samarbeide med trener./rosjef,
6. Alle motorbåter med påhengsmotor skal benytte dødmannsknapp festet til fører ved all bruk.
7. Alle båtførere og passasjerer skal benytte redningsvest eller annet godkjent flyteplagg.
8. Alle båter skal være utstyrt med ekstra redningsvester som kan benyttes i en nødssituasjon.
9. Alle båter skal være utstyrt med padleåre med gripetak for å nå personer i vannet.
10. Ingen båtførere eller passasjerer skal stå båten, eller sitte på styrekonsoll, mens båten er i fart.

§ 5. KOLLISJON/KANTRING:

1. Ved kollisjon der det inntreffer personskade skal det ropes om hjelp. Roeren skal selv hjelpe til så langt det er mulig.

2. Ved kollisjon skal båten(e) settes "i ustand" til den er kontrollert for skader av materialsjef eller annen sakkyndig person.
3. Ved kantring skal roeren/e alltid i eller legge seg/sette seg oppå båten.
4. Andre båter som er i nærheten ved uhell skal hjelpe til.

§ 6. VINTER-ROING:

1. Vinter roing er fra 15. oktober til 1. april.
2. All roing i 1x og 2-/2x skal foregå med følgebåt.
3. Roing skal ikke skje etter mørkets frambrudd.

.

§ 7. LANGTUR-ROING:

1. Enhver rotur som går utenfor det daglige ro-området er en langtur.
2. Hvis klubbens medlemmer skal på langturroing, så må dette planlegges. Klubbens ledelse skal forespørres og det stilles ferdighetskrav til roerne og båtene skal være egnet.
3. Det skal medbringes egnet flyteutstyr for alle om bord og det bør helst være med følgebåt.
4. Robåter skal følge de vanlige regler for ferdsel på vannet, herunder sjøveisreglene.
5. I alle trange farvann skal alle båter holde seg på farvannets høyre side i fartsretningen (styrbord side).
6. Robåter skal vike for næringstrafikk

§ 8. TRENEREN:

1. Treneren skal forsikre seg om at roeren har de nødvendige ferdighetene for å kunne ro om vinteren og alene om sommeren.
2. Treneren skal forsikre seg om at følgebåt/motor er i kjørbar stand og at det er årer, flytevest og bensin til en treningsøkt.
3. Treneren skal kunne livredning.
4. Trener har myndighet til å nekte roere å ro på vannet dersom han/hun anser det uforsvarlig eller av annen grunn mener at roeren ikke er skikket til det.



5. Trenere med ansvar for pararoere skal gjennomføre sikkerhetstrening før treninger med pararoere gjennomføres
6. Treneren for para roere skal alltid ha med seg medhjelper i følgebåten.