

# SIKKERHETSREGLEMENT / ROREGLEMENT

Vedtatt på Norges Roforbunds Ting 17. november 1996

## § 1 INNLEDNING

1. Alle roklubber skal utarbeide et sikkerhetsreglement. Dette skal som minimum inneholde dette reglements bestemmelser. I den utstrekning krets eller forbund organiserer ro-aktiviteter, skal disse utarbeide et tilsvarende reglement.
2. Klubb eller krets skal på forlangende fremlegge sitt reglement for Norges Roforbund. Norges Roforbund kan kreve endringer i klubbens eller kretsens reglement.
3. Klubb, krets og forbund skal aktivt bidra til å utbre kjennskap til reglementet blant sine roere.

## § 2 REGLEMENTETS INNHOLD

Følgende punkter skal som minimum være omtalt i et sikkerhetsreglement: Farvann, trafikkregler, materiellets bruk og vedlikehold, opplæring av roere, bruk av flyteutstyr, særlige regler for den kalde årstid.

## § 3 FARVANN

1. Enhver klubb skal fastsette et daglig ro-område, under hensyntagen til lokal geografi, klimatiske forhold og annen vannbasert aktivitet. Leder for næringstrafikk skal så vidt mulig ligge utenfor det daglige ro-området. For Moss Roklubb er dette fra brygge og innerst i Kjellandsvik bukta.
2. Enhver rotur som går utenfor det daglige ro-området er en langtur.

## § 4 STYRINGSREGLER

1. I alle trange farvann skal alle båter holde seg på farvannets *høyre* side i fartsretningen (styrbord side).
2. Robåter skal vike for næringstrafikk.
3. Hvis to båter med motsatt, eller nesten motsatt kurs møter hverandre, slik at det kan være fare for kollisjon, skal begge vike til *høyre* i fartsretningen (styrbord).
4. En robåt som blir innhentet av en annen robåt skal vike, fortrinnsvis til *høyre* side.
5. Robåter bør *ikke* brukes etter mørkets frembrudd. For roing i mørket kreves lanterne med hvitt lys.

## § 5 MATERIELL

1. Den enkelte roer er selv ansvarlig for at båten er i sikkerhetsmessig forsvarlig tilstand før roing.
2. En robåt skal være bemannet med det antall roere den er konstruert for. Båten må ikke overbelastes.

## **§ 6 ROERE**

1. Enhver roer skal være svømmedyktig. Om nødvendig skal klubben gjennom praktisk prøve overbevise seg herom.
2. Før en roer kan benytte båtene på egenhånd, skal klubben forsikre seg om at vedkommende har de nødvendige kunnskaper og ferdigheter for trygg ferdsel på vannet.
3. Enhver roer er selv ansvarlig for sin egen helse og sikkerhet under utøvelse av rosporten.

## **§ 7 FLYTEUTSTYR**

1. Alle robåter skal som hovedregel medbringe egnet flyteutstyr for alle personer ombord. Unntak er gitt i de følgende punkter.
2. Bestemmelsen kan fravikes ved organisert trening. Klubb, krets eller forbund som organiserer treningen skal gi utfyllende bestemmelser.
3. Bestemmelsen kan fravikes ved roing i daglig roområde. Klubb (krets/forbund) skal gi nærmere bestemmelser for å ivareta sikkerheten under hensyntagen til lokale forhold. Lokale bestemmelser skal alltid spesielt berøre roing i den kalde årstid.
4. Bestemmelsen kan fravikes under konkurranser og organiserte roturer hvor sikkerhet er dekket av regattareglementet eller andre spesielle reglementer eller bestemmelser.

## **§ 8 LANGTUR**

1. Klubb skal fastsette egne bestemmelser for langtur.
2. Klubb skal stille særskilte krav til hvilke båter som kan brukes til langtur.
3. Klubb skal stille særskilte krav til kunnskaper og ferdigheter for roere som tillates å ro langtur.

## **§ 9 VINTERROING**

Klubben minner om at vi må ha et ansvarlig sikkerhetsperspektiv på våre aktiviteter. Dette innebærer at vi alltid setter sikkerhet først- selv om dette noen ganger vil gå ut over mengde og kvalitet på treningen.

## **VIKTIG INFORMASJON**

1. Ingen legger ut på vannet uten uttalt tillatelse fra Rosjef eller trener. Dette gjelder særlig utenom oppsatte treningstider. Klubben skal alltid vite hvem som er på vannet. Trenere og Rosjef skal ta hensyn til vær, vanntemperatur, dagslys og andre forhold som påvirker sikkerhet. Trenere avgjør hva slags båter som skal brukes.
2. Det roes fortrinnsvis lagbåter. Alle båter på vannet tilstreber å holde seg samlet slik at følgebåter til enhver tid kan ha oversikt over alle. Dersom du stikker fra gruppen setter du andre i fare.
3. Ved temperaturer under 10 grader i vannet skal alle ha vest som blåser seg opp automatisk. Dette gjelder uansett båttype, svømmeferdigheter og andre motargumenter. Ved mangel på automatiske vester, brukes vester med fast flyteelement. Når vannet er varmere kan andre typer vester også benyttes.
4. Det skal alltid være tilstrekkelig antall følgebåter på vannet. Fører av følgebåt må ha fysiske forutsetninger for å løfte bevisstløse roere opp av vannet. Videre grunnleggende erfaring med bruk av båt, og innsikt i sikkerhet knyttet til å plukke opp roere fra vannet.

Foreldre må være innstilt på å bemanne følgebåt for å bidra til optimal sikkerhet sammen med trener. Spør gjerne trener om det er behov for foreldrebestand.

5. Kle deg etter forholdene.

6. Husk at bølgene alltid er større enn de ser ut fra land.

7. Er du i tvil om du kan ro, spør trener eller Rosjef. Respekter de sikkerhetsmessige begrensinger som legges- ikke diskuter.

8. Du har ansvar for at din båt er i forsvarlig stand. Sjekk sko og riggere før du er på vannet.

Ansvarlig trener eller Rosjef følger opp og supplerer sikkerhetsregler i møte med roerne. Ta gjerne en diskusjon rundt dette da- ikke når vi skal på vannet!

## **§ 10 OPPLÆRING**

Klubb (krets/forbund) skal alltid tilstrebe å heve kompetansen blant sine medlemmer innen alle forhold som angår sikkerhet. Dette inkluderer bl.a. opplæring i livreddende førstehjelp, riktig løfteteknikk m.m.

## **§ 11 AVSLUTTENDE BESTEMMELSER**

1. Endringer i dette reglement kan kun foretas på Norges Roforbunds Ting.
2. Norges Roforbunds Styre kan gi dispensasjon fra dette reglement i særskilte tilfeller.
3. Norges Roforbunds Styre kan til enhver tid supplere dette reglement med forklaringer og fortolkninger.