

Revideret d. 31. september 2013

Formål med sikkerhedsretningslinjer for vandaktiviteter

- Formålet med sikkerhedsretningslinjer for vandaktiviteter er at minimere risikoen for uheld og uheldige hændelser.
- DARU har udarbejdet et sæt sikkerhedsretningslinjer for afvikling af løb under DARU-Cuppen. De skal ses som vejledende og en hjælp til løbslederen til afholdelse af løb.
- **Det skal understeges at det er løbsledernes ansvar at sikkerheden er i orden og at DARU ikke kan drages til ansvar.**
- Retningslinjerne er gældende for Master og Challenge.

Vandaktiviteter ved en luft temperatur under 0 grader:

Der skal udarbejdes en særlig instruks(udleveres/udsendes), samt opstille beredskab, der sikrer deltagerene.

Svømning/Vadning

- Alle skal kunne svømme 300 meter uden hjælpemidler
- Alle på holdet skal være samlet indenfor 5 meter

Ved vandtemperatur under 5 grader må der ikke gennemføres svømning (ved svømning forstås vandpassage med en vanddybde på over 120 cm og en afstand over 3 m fra bred til bred målt i vandspejlet) - *det vil sige at en bred dyb å skal have en mulig passage med en vanddybde under 120 cm; ellers skal passagen gennemføres som sejlads eller klatring, dvs. med sikring på.*

Se oversigtsskema nedenfor.

Kajak: definition

Der anbefales at bruge havkajakker.

En definition på en havkajak kunne være:

- Der skal være 2 vandtætte rum, en i bag og en i front
- Der skal være en line rundt på båden

Kajak: deltager

- Alle skal kunne svømme 300 meter uden hjælpemidler
- Alle skal kunne lave en makkerredning og selvredning
- Alle på holdet skal være samlet indenfor 5 meter og ro kystnær
- Ved optræk til uvejrløst søges land

Kajak: arrangører

- Kajakruten udfores således, at man prøver at tvinge deltagere til at ro kystnært (ved f.eks. postplaceringer) og i læ.
- Alle hold skal registreres ved afgang og ankomst, evt. med kontroltjek undervejs.
- Det anbefales at have følgebåd med på ruten.
- Ved krydsning over 1000 meter skal der være en følgebåd placeret, så der er et godt overblik over start og slut på krydsningen.
- Der anbefales **ikke** at ro i over 10 m/s.

Der må ikke gennemføres kystfjern sejlads, når vandtemperaturen er under 10 grader (under antagelsen, at ved 10 grader kan alle svømme i land, hvis alt andet glipper. Som tommelfingerregel medfører 10 grader ca. 20-30 min i vandet, før bevidstløshed indtræffer pga. underafkøling).

Se oversigtsskema nedenfor.

Kano: deltager

- Alle skal kunne svømme 300 meter uden hjælpemidler.
- Alle skal bære en godkendt redningsvest (ikke svømmevest).
- Alle på holdet skal være samlet indenfor 5 meter og ro kystnært.
- Ved optræk til uvejr søges land.

Kano: arrangører

- Kanoruten udfores således, at man prøver at tvinge deltagere til at ro kystnært (ved f.eks. postplaceringer) og i læ.
- Alle hold skal registreres ved afgang og ankomst, evt. med kontroltjek undervejs.
- Det anbefales at have følgebåd med på ruten, dog ikke ved sejlads på åer.
- Der må **ikke** gennemføres krydsning over 1000 meter
- Der anbefales **ikke** at ro i over 10 m/s.
- Der må **ikke** gennemføres kystfjern sejlads

Se oversigtsskema nedenfor.

Begrænser for Vandaktiviteter:

Aktivitet	Udstyr minimum				
	Rednings/ svømme-vest	Følgebåd	Våddragt	Udstyr	Markering i mørke
Vadning kortere end 20 m (Vanddybde indtil 120cm)	Nej	Nej	Nej	Nej	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Vadning længere end 20 m (Vanddybde indtil 120cm)	Skal anlægges ved brug af våddragt	Nej	Jf. temperatur		Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Svømning kortere end 100 m (vanddybde over 120cm)	Skal anlægges	livredder	Jf. temperatur		Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Svømning længere end 100 m (vanddybde over 120cm)	Skal anlægges	Ja	Skal anlægges		Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Kajak kystnært	Skal anlægges	Anbefales	Jf. temperatur	Rojakke, Kajakovertræk	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Kajak ved krydsning af sund (afstand over 1000 meter)	Skal anlægges	Ja	Jf. temperatur	Rojakke, Kajakovertræk	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Kajak kystfjernt	Skal anlægges	Ja	Jf. temperatur	Rojakke, Kajakovertræk, ekstra pagaj	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Kajak på å	Skal anlægges	Nej	Jf. temperatur	Rojakke, Kajakovertræk	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe
Surfebræt/tømmerflåde	Skal anlægges	Kun kyst fjernt	Jf. temperatur	Afhængigt af typen og holdbarhed	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe og kun kystnært
Kano(minus kystfjernt)	Skal anlægges	Anbefales	Jf. temperatur	Rojakke	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe og kun kystnært
Andet fartøj	Skal anlægges	Afhængigt af typen og holdbarhed	Jf. temperatur	Afhængigt af typen og holdbarhed	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe og kun kystnært
Passage af is* (vanddybder over 120 cm)	Skal anlægges	Nej	Ja	Sikringsliner	Personlig markering (Knæklys) + pandelampe og sikringsliner

*Se særlige bestemmelser

Anbefaling:

Beskrivelse	Forhold	Forhold	Anbefaling
Tid i vandet jf. temperatur. Vandtemperatur under 5 grader	Uden våddragt Max tid 5 min eller 200m	Våddragt anlagt(sko anlagt) Max tid 10 min eller 500m	Våddragt anlægges
Tid i vandet jf. temperatur. Vandtemperatur mellem 5 og 10 grader	Uden våddragt Max tid 15 min eller 1000m	Våddragt anlagt Max tid 30 min eller 3000m (sko anlagt)	Våddragt anlægges
Tid i vandet jf. temperatur. Vandtemperatur mellem 10 og 15 grader	Uden våddragt Max tid xxxx	Våddragt anlagt Max xxxx	Våddragt anlægges ved svømning
Tid i vandet jf. temperatur. Vandtemperatur over 15 grader	Uden våddragt 2 timer	Våddragt anlagt Ingen begrænsninger	Våddragt anlægges ved svømning over 100 meter
Vindhastighed under 5 m/s	Bølger ca. 0 – 20 cm	EPP 1 niveau	Krydsning ok
Vindhastighed mellem 5 og 10 m/s	Bølger ca. 20- 50 cm	EPP 2 niveau	Kystnært
Vindhastighed over 10 m/s	Bølger over 50 cm	EPP 3 niveau	Aflys den del, hvor der er åbent vand
Lyn og torden			Søg land

Definitioner

Svømning	Vanddybde på over 120 cm og en afstand over 3 m fra bred til bred målt i vandspejlet
Vadning	Vanddybde under 120 cm
Våddragt	Langærmet min 3 mm
Long john våddragt	Våddragt uden ærmer min 3 mm
Redningsvest	Redningsvesten kan holde en person, der ikke er aktiv flydende i den rette stilling.
Svømmevest	I en svømmevest skal personen selv være aktiv. Den kan ikke vende personen eller holde næse og mund fri af vandet.
Kajak jakke	Langærmet goretex jakke
Kystfjernt	Afstand større end 100 meter fra land
Vandtemperatur	Vandtemperaturen måles mindst tre steder (måle dybde 1 m) på ruten umiddelbart før start http://forsvaret.dk/SOK/Nationalt/soeredning/underafkoeling/Pages/default.aspx