Sikkerhedsinstruks i Lyngby Dameroklub (LDR)

Udarbejdet af: LDRs bestyrelse 17 Juni 2025
Ikrafttrædelse: 17 juni 2025
Version: 3.0

Omfang

Denne instruks gælder for erhvervsmæssig roning med personer, som ikke er medlemmer af en roklub; f.eks. ved prøveture, firmaarrangementer, og skoleroning

Hvilke fartøjer gælder denne sikkerhedsinstruks for ?

- Inriggere, GIG-både, Coastal både, LITE både

1. Identifikation af redderen

Lyngby Dameroklub, Chr. Winthers vej 24 2800 Kgs Lyngby
wwwlyngbydameroklub.dk

2. Sejladsaktiviteter

Roning i inriggere, GIG, LITE og Coastalbåde i Lyngby Sø og Kanalen, i LDRs rosæson, fra standerhejsning til standerstrygning.
Der ros kun under vejrforhold der er i henhold til Dansk Forening for Rosports anbefalinger, og kun i dagslys.
Indtagelse af alkohol før og under roningen er ikke tilladt.

Der skal være 1 frigivet styrmand, minimum K1 i hver robåd.
Dvs der er maksimalt 4 deltagere per 1 styrmand.

3. Identifikation af risici

Overbordfald, kæntring og sammenstød.

4. Tiltag til at imødegå risici

Bestyrelsen skal forhåndsgodkende alle arrangementer med personer som ikke har tilknytning til en roklub.
Det sikres at

- Alle deltagere kan svømme 300 m (tro og love erklæring underskrives før turstart). Alternativt skal bæres selvoppustelig redningsvest.
- Unge <18 år bærer obligatorisk selvoppustelig redningsvest.

- Der instrueres i brug af veste
- Der instrueres i at styrmandens ordrer til enhver tid skal følges.

Der medbringes redningsveste til alle, svarende til den tungeste deltager i båden, alternativt iføres selvoppustelig redningsvest (obligatorisk for personer <18 år.)

For inrigger både instrueres der i at holde tyngdepunktet lavt ved plads-skift i båden.

5. Beskrivelse af fartøjer og udrustning

Fartøjer
Inriggere og outriggere (gig-både, coastal-både, LITE både) i henhold til Dansk Forening for Rosports specifikationer. Maksimalt 5 pladser per båd.

Udstyr
Det sikkerhedsudstyr, som skal være til stede i robåden, kontrolleres af Styrmanden i henhold tit LDRs normale procedure.

Vedligehold af både og udstyr
Kun funktionsdygtige både og intakt udstyr er i drift i henhold til LDRs procedurer.

Krav til passagerer/elever

- Skal kunne svømme 300m. Alternativt bæres selvoppustelig redningsvest.
- Skal efterleve alle styrmandens instrukser
- Instrueres i sikkerhed i henhold til "Check-liste ved roning med personer uden roklubs-tilknytning" (Bilag B).

6. Besætningen og dens kompetencer

I hver robåd er der en uddannet styrmand.

Krav til styrmanden:

- Har gennemført 300m svømmeprøve, samt prøve i påtagning af redningsvest i vandet, inden for de seneste 2 år.
- Har deltaget i entrings inden for de seneste 5 år.
- Er myndig (altså over 18 år og ikke under værgemål).

I forbindelse med aktiviteten skal der være minimum én person tilstede, der gennemgået et anerkendt førstehjælpskursus i henhold til Dansk Førstehjælps Råds godkendte kursus, f eks. “Førstehjælp ombord i mindre fartøjer og i søsport”. Kurset skal indeholde Hjerte-Lunge-Redning inkl. AED, livreddende førstehjælp ved tilskadekomst og førstehjælp ved sygdom. Kurset skal fornyes min hvert andet år.

7. Operative forholdsregler som skal følges af besætning og passagerer

Der er een deltager per plads i robåden. Der er ingen ekstra passagerer, hverken mennesker eller dyr.

8. Forholdsregler som sikrer at alle kan reddes ved en ulykke

Inrigger, GIG, Coastal og LITE
I robåden er medbragt 1 redningsvest per person, til de som ikke bærer en selvoppustelig regningsvest (obligatorisk for personer < 18 år).
Der trænes i at tage redningsvesten korrekt på, inden turen påbegyndes. Anvendes oppustelige veste, instrueres i brugen af disse.
Styrmandens instruktioner følges.
I tilfælde af kæntring/overbordfald tages redningsvestene på. Styrmanden vurderer om man bliver ved båden/forsøger at entre båden igen, alternativt svømmer man samlet i land.

9. Forholdsregler som sikrer, at der altid kan tilkaldes assistance ved ulykker.

Styrmanden/instruktøren opfordres til at medbringe mobiltelefon i vandtæt pose.
Hjælp kan også tilkaldes ved opråb, i det meget befærdede farvand.

10. Forholdsregler, som sikrer, at oplysning om antallet afpersoner om bord er kendt og opbevares i land og er let tilgængelig i tilfælde af en redningsaktion.

Robåden indskrives i klubben elektroniske registreringssystem med planlagt tur samt varighed.
En deltagerliste "Deltagerliste - uden roklubs-tilknytning" (Bilag A) udfyldes og hænges på magnettavlen i mellemgangen.
Styrmanden i båden (hjælpebåden) er ansvarlig for registreringen.

11. Forholdsregler, som sikrer, at der altid afgives sikkerhedsinstruktion til nye ombordværende personer inden sejladsens start.

Sikkerhedsinstruktion gives af styrmanden i båden, ved at følge "Tjekliste ved roning med personer uden roklubs-tilknytning" (Bilag B).
I tilfælde af større grupper, kan instruktionen enten gives af hver enkelt styrmand for eget bådhold, eller som en samlet fælles instruktion. I styrmandsuddannelsen gennemgås sikkerhedsprocedurerne for roning med personer uden roklubs-tilknytning.

12. Forholdsregler, som beskriver erfaringsopsamling med henblik på løbende forbedring af sikkerheden.

Alle utilsigtede hændelser, ulykker, og nær-ved ulykker rapporteres af styrmændene til bestyrelsen.
Bestyrelsen gennemgår mindst 1 gang årligt sikkerheds-instruksen med henblik på at opdatere og forbedre denne, og iværksætte præventive tiltag når dette er muligt.

BILAG A (Til sikkerhedsinstruks i LDR)

Deltager liste (Uden roklubs-tilknytning)

Der udfyldes én seddel per båd der går på vandet

Sedlen ophænges på magnet tavle i mellemgangen

Båden registreres i klubben elektroniske registreringssystem med ”Gæst1” , ”Gæst 2” osv. som deltager

Data	
Båd	
Ansvarlig styrmand (Navn og medlemsnummer)	

Deltager (Navn)	Deltager Underskrift: Erklærer herved at kunne svømme 300m (alternative bæres oppustelig redningsves) Accepterer at deltagelse i ro-aktiviteten er på eget ansvar.

BILAG B (til Sikkerhedsinstruks i LDR)

Tjekliste ved roning i Inrigger, GIG, Costal eller LITE
med deltagere uden roklubs-tilknytning

Denne Tjekliste hænger på magnettavlen i mellemgangen

1. Sørg for at deltagerne udfylder "Deltagerliste (uden roklubs-tilknytning)" (findes i mappe på hylden over indskrivningscomputeren)

2. Den udfyldte Deltagerliste hænges op på magnettavlen i mellemgangen

3. Båden skrives ind i registreringssystemet

4. Gennemgå bådens sikkerhedsudstyr (redningsveste, øsekar, bådshage, årer)

5. Find redningsveste frem til alle deltagere
   - Selvoppustelig redningsvest er obligatorisk til deltagere <18 år
   - Redningsvestene skal være til en vægtklasse svarende til den tungeste roer.

6. Deltagerne prøver at tage redningsvesten på, før roturen og der er instrueret i brug af oppustelige veste hvis relevant.

7. Forklar styrmandens rolle, og at styrmandens ordrer altid skal følges.

8. Instruer i rotaget ved broen

9. Styrmanden opfordres til at medbringe mobiltelefon i vandtæt pose

God tur

Version	Ikrafttrædeelses dato	Ændring
1.0	24 marts 2013	Ny
2.0	26 marts 2017	Coastal båd tilføjet i relevante afsnit
3.0	17 juni 2025	LITE båd tilføjet i relevante afsnit Elektronisk registreringssystem opdateret Afsnit 6 vedr krav til styrmand op dateret med Førstehjælpskursus og krav til alder. Krav til seneste entringsøvelse ændret til 5 år. Bilag A opdateret med at deltagelse er på eget ansvar Bilag B Sculler, slettet (ikke relevant)