

Dansk Forening for Rosport

Retningslinjer for sikkerhed (Safety Code) for DFfR

Revideret august 2024

Godkendt af HB, september 2024



Indhold

Indledning	3
Aktiviteter i dansk roning	4
Risikohåndtering	5
Generelle risici ved roning	6
At sammenligne risici	6
At håndtere risici	7
Eksterne krav og forventninger til sikkerhedsforhold i dansk roning	9
Lovgivning	9
World Rowing forventninger	9
De 5 ro-råd fra Søsportens Sikkerhedsråd	9
Eksempler på praktisk sikkerhedsarbejde i dansk roning	11
Svømmefærdighed	11
Oplæring og uddannelse ("lær at ro" og "planlæg din tur")	11
Materielvedligehold ("hold dit grej i orden")	12
Kontakt til land ("hav en livline til land")	12
Vinterforhold	12
Roning for børn	13
Roning for unge	13
Rene begynderhold	14
Roning for ældre	14
Træningslejre	14
Roning på baneanlæg	15
Fælles lejre, ture, stævner	15
Regattaer	15
Roning i fremmed farvand	15
Overvejelser om redningsveste og dansk roning	17
Myndighedernes udgangspunkt	17
Praksis i dansk roning	17
Oppustelige eller konventionelle veste	18
DFfR	18

Indledning

Sikkerhedsarbejde i Dansk Forening for Rosport skal understøtte muligheden for at udøve roning. Spørgsmålet er, *hvordan* aktiviteter kan gennemføres, ikke *om* aktiviteterne skal foregå.

Alvorlige ulykker er sjældne i dansk roning, men den strukturelle udvikling i medlemsskaren, med stigende alder blandt roerne og et ønske om at udvide med nye aktiviteter og flere roere, også børn, understreger behovet for løbende at udvikle og tilpasse sikkerhedstiltagene.

Roning er en holdsport. I næsten alle bådtyper (undtagen singlesculler/solo) ror man sammen med andre. Det betyder at man som roer indgår i en organisation, der både skal få aktiviteten til at fungere sammen med resten af klubbens aktiviteter, og sørge for at sikkerhedsforholdene er tilfredsstillende for alle deltagere. Det betyder også, at der kan være en arbejdsdeling og specialisering, hvor man har forskelligt ansvar. F.eks. kan turplanlægningen være et ansvar for den, der har de bedste forudsætninger gennem uddannelse og erfaring, og vedligeholdelse af materiel kan være et fælles ansvar i klubben, der i praksis organiseres og gennemføres af et materieludvalg eller lignende.

Sikkerhedstiltag skal tage udgangspunkt i, hvilke aktiviteter man udøver, og ikke, f.eks. hvilken bådtype man ror. Der er selvfølgelig åbenlyse forskel på en inrigger, en coastalbåd, en gig og en outrigger, som man skal tage højde for, men sikkerhedstiltagene for et old-boyshold på en rekreativ rotur og på et kaproningshold skal være forskellige for at understøtte aktiviteten bedst muligt, uanset, om de ror i samme bådtyper.

Sikkerhedstiltagene omkring en aktivitet skal være proportionale med risikoen, derfor skal sikkerhedstiltagene variere afhængig af aktiviteten, årstiden, farvandet og deltagernes færdigheder. Færdigheder afhænger blandt andet af alder, rutine og viden. Rutine og viden opbygges gennem øvelse og erfaring, og gennem formel og uformel uddannelse.

Sikkerhedstiltag skal udvikles i dialog med deltagerne i aktiviteterne.

Sikkerhedstiltag skal ikke forveksles med spilleregler – det betyder at adfærdsregler, der skal få en klub til at fungere godt ikke skal blandes sammen med sikkerhedstiltag, selvom det i praksis vil være de samme aktivitetsledere (trænere, styrmænd, turledere osv.), der sørger for at de nødvendige sikkerhedstiltag bliver efterlevet, og for at klubben og aktiviteten er velfungerende.

Denne Safety Code vedrører fritidsaktiviteter, og gælder ikke kommercielle aktiviteter som skole- og firmaarrangementer. Se mere her: [Skole- og firmaarrangementer | Dansk Forening for Rosport \(roning.dk\)](#).

Aktiviteter i dansk roning

Dansk roning har overordnet set følgende aktivitetstyper:

1. Roning hjemme ved roklubben (dagligt roområde).
2. Daglige aktiviteter et andet sted (eksempelvis en enkelt roer der træner på et baneanlæg ved en anden klub).
3. Periodevise aktiviteter et andet sted, eksempelvis træningslejre på samme farvand i flere dage, hvor der opstilles konkrete sikkerhedsbestemmelser for aktiviteten og stedet.
4. Roning i fremmed farvand - situationer, hvor der ikke opstilles konkrete sikkerhedsbestemmelser for aktiviteten og stedet.
5. Gæsteroning (en eller flere roere er gæster hos en anden roklub).
6. Fælles træningslejre, ungdomslejre, stævner, ture mv.
7. Kaproninger/ regattaer.

Sikkerhedsbestemmelser for aktiviteterne fastsættes for tilfældene 1-4 af den enkelte klub selv, under hensyntagen til kravene i DFfR's vedtægter §5 og for pkt. 4 og DFfR's langtursreglement.

For pkt. 5, gæsteroning gælder at det er værtsklubben, der regulerer aktiviteten (gæsterne følger værtsklubbens regler).

For pkt. 6 gælder, at arrangøren fastsætter sikkerhedsbestemmelser for aktiviteten. Det kan være en arrangementskomite, en regattaforening eller andet. Hvis det er hensigtsmæssigt for aktiviteten, kan man vælge at tage udgangspunkt i f.eks. langtursreglementet eller sikkerhedssystemet ved regattaer.

For pkt. 7 gælder sikkerhedsbestemmelserne i DFfRs kaproningsreglementer sammen med de tiltag som beslutes af dommerne i samråd med arrangementskomiteen. DFfRs langdistancekaproningsreglement anvender langtursreglementet som ramme, hvilket muliggør arrangementer med en mindre sikkerhedsorganisation end efter andre kaproningsreglementer.

Se desuden oversigten i bilag 1: [Sikkerhed for klubaktiviteter på vandet i robåde \(ikke erhvervsmæssige aktiviteter\)](#)

Risikohåndtering

Risikohåndtering betyder at man skal opdage, de risici man er udsat for, og finde måder at reducere risikoen for at der sker en ulykke, eller reducere konsekvenserne ved at de sker.

Risikohåndtering omfatter:

1. At erkende de relevante risici.
2. At afklare, hvem, der er udsat for risikoen.
3. At afklare, hvordan man vil håndtere risikoen.
4. At vurdere risikoniveauet.
5. Nedskrive sin risikohåndteringsplan.

Safety-5 Steps to Risk Assessment



Figur 1 Risikohåndtering (risk assesment) jf. World Rowing.

Generelle risici ved roning

Her oplistes en række risici, som man generelt skal tage højde for i tilrettelæggelsen af sine ro-aktiviteter.

- Kulde (luft og vand).
- Varme (risiko for dehydrering mv.).
- Vand/drukning.
- Mørke.
- Vind.
- Nedbør.
- Torden.
- Øvrig trafik.

Risiciene varierer afhængig af årstid, tid på døgnet, vejrlig osv.

Hver klub mv. der gennemfører roaktiviteter skal foretage sin egen vurdering af de risici, der gælder for aktiviteterne.

At sammenligne risici

Når man skal håndtere risici, kan det være en fordel at sammenligne dem. En måde at gøre det på er at vurdere risici ift. hinanden ved at se på konsekvensen, hvis uheldet er ude, og, ved at se på sandsynligheden for at det indtræffer. Den kombination kan man anvende til at udpege risici, der er klart uacceptable, risici som er uacceptable og risici, som man kan acceptere.

- **Klart uacceptable risici** er f.eks. tab af liv og svær tilskadekomst
- **Uacceptable risici** er f.eks. at roerne, evt. sammen med følgebåde, ikke kan håndtere hændelsen og redde sig selv i land. Omfattende materiel skade er også uacceptabelt.
- **Acceptable risici** er f.eks. at en singlesculler kæntrer, og at roeren entrer båden og fortsætter træning. Det er naturligvis ikke hensigtsmæssigt at kæntrere, men, hvis roeren kan håndtere det selv, er det heller ikke et egentligt problem. Mindre materielle skader, som umiddelbart kan udbedres, er som regel også acceptable.

For at illustrere sammenligningen anvender man en matrix, hvor acceptable risici er grønne, uacceptable er gule og klart uacceptable er røde. Alle aktiviteter, der er udsat for gule og røde risici, skal som udgangspunkt håndteres på en måde, så de flyttes til det grønne felt. Gule risici kan i visse tilfælde accepteres efter nøje overvejelse. Som alternativ til at håndtere risikoen, så den kan accepteres, skal aktiviteten helt undlades, så risikoen bortfalder. F.eks. bortfalder risikoen for kæntring i singlesculler om vinteren, hvis man undlader at ro singlesculler om vinteren.

Sker hele tiden	Uacceptabel	Klart uacceptabel	Klart uacceptabel
Sker nogle gange	Accepteret	Uacceptabel	Klart uacceptabel
Sker meget sjældent	Accepteret	Accepteret	Uacceptabel
	Acceptable konsekvenser	Uønskede konsekvenser	Voldsomme konsekvenser

Hvis vi ser på nogle af de generelle risici ved roning som er nævnt ovenfor, kan de siges at have følgende effekter på aktivitetens placering i risikomatrixen:

- Kulde (koldt vand): øger konsekvenserne af at havne i vandet. Man mister meget hurtigt evnen til at håndtere hændelsen selv. Afkøling begynder så snart man havner i vandet.
- Afkøling (kold luft): øger sandsynligheden for at kæntre hvis man f.eks. ror singlesculler, idet afkøling betyder at man ikke har de samme færdigheder til at håndtere årer og båd.
- Mørke: øger sandsynligheden for at der sker et uheld pga. dårlig sigtbarhed.

Risikovurdering bør naturligvis foretages på et sagligt grundlag, så man f.eks. tager udgangspunkt i at det ikke er realistisk at man selv kan entre en båd, hvis man havner i vandet i vintersæsonen. Vinterroning skal altså foregå under forhold, hvor man har mulighed for at blive reddet, hvis man havner i vandet.

Redning/alarmering kan foretages af andre roere, en følgebåd eller andre løsninger som er relevante for aktiviteten og lokaliteten. I alle tilfælde bør redning øves.

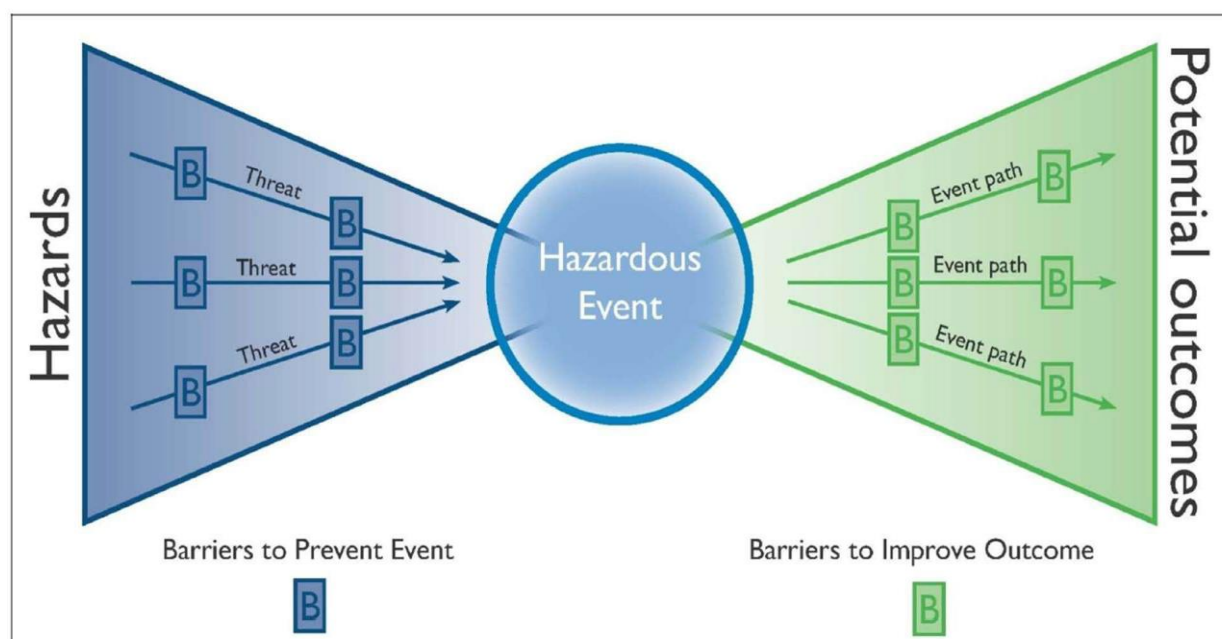
I nogle sammenhænge illustreres matrixen med flere farveniveauer for at kunne skelne mere nøjagtigt mellem forskellige risici, men princippet er det samme.

At håndtere risici

Overordnet set kan man gøre to ting, for at håndtere risici, enten at reducere sandsynligheden for at ulykker indtræffer, eller at reducere konsekvenserne, hvis de er sket. Man kan selvfølgelig også fjerne risikoen, f.eks. ved at undlade at ro på vandet, hvis man ikke vil udsættes for de risici, der er ved at ro på vandet.

Man kan illustrere dette ved en "butterfly" (bow tie), hvor tiltag, der reducerer sandsynligheden for at en ulykke sker er på venstresiden, og tiltag, der reducerer konsekvenserne, er på højresiden.

Safety-The Risk Management Bow Tie



Figur 2 Risikohåndtering med "butterfly" jf. World Rowing.

Blandt de tiltag man kan gøre, for at imødegå risiciene er:

- Påklædning
- Turplanlægning, herunder sæson og tid på døgnet for aktiviteterne.
- Færdigheder færdes til søs.
- Kommunikation med land.
- Svømmefærdighed
- Redningsmidler

Nogle tiltag sigter på at sikre, at der ikke sker en ulykke, mens andre, f.eks. redningsmidler sigter på at undgå, at en ulykke får uacceptable eller klart uacceptable konsekvenser. Se i øvrigt afsnittet om redningsveste vedrørende redningsmidler.

Ud over de risici, som findes i omgivelserne, skal man sørge for, at deltagerne i aktiviteten har den nødvendige færdighed i at håndtere båden og at båden er vedligeholdt, så man undgår ulykker der skyldes manglende færdigheder eller dårligt vedligeholdt materiel.

Eksterne krav og forventninger til sikkerhedsforhold i dansk roning

Dette er en opsummering af oversigten i bilag 1: Sikkerhed for klubaktiviteter på vandet i robåde (ikke erhvervsmæssige aktiviteter).

Lovgivning

Dansk lovgivning stiller følgende krav til udøvelsen af roaktiviteter:

- Alle roere har et medansvar for at sikkerhedstiltag er i orden og alle skal respektere sikkerhedsforanstaltningerne.
- Lederen af aktiviteten skal sørge for at:
 - båden er sødygtig,
 - at turen planlægges
 - at turplanen tilpasses efter omstændighederne
 - at der er relevant sikkerhedsudstyr og svømme-/redningsveste til alle, eller
 - at DF/Rs retningslinjer for redningsmidler følges.
- Klubben skal sørge for at den, der leder en aktivitet, har mulighed for sikre at båden er i orden, at turen planlægges og gennemføres fornuftigt osv.

World Rowing forventninger

World Rowing fastslår at:

- alle klubber mv. bør have et sæt sikkerhedsretningslinjer (et reglement/safety code) der bla. omfatter sikkerhedsudstyr, lokale færdsels- og adfærdsregler, roeres, styrmænds og træneres ansvar, procedurer for nødsituationer og ulykker, roprotokol.
- materiel og udstyr skal vedligeholdes og være sødygtigt
- spidse både skal have en spidsbold
- i både med sko skal hælstrapper og ”quick release” være funktionsdygtigt
- ved roning i mørke og tussmørke skal bådene føre lys jf. gældende regler
- bådenes for- og agterrum skal være vandtætte
- både skal konstrueres, så en bordfyldning højst fører til at roerne sidder i 5cm vand
- alle roere skal have behørig instruktion i at ro og styre båden, herunder entringsøvelser
- der skal være systematisk opfølgning på ulykker og nærved hændelser, og hændelser skal vidererapporteres til de nationale roforbund
- alle roere skal kunne svømme og træde vande
- styrmænd skal have udtømmende instruktion i at manøvrere båden

De 5 ro-råd fra Søsportens Sikkerhedsråd

Søsportens Sikkerhedsråd har formuleret [”de 5 sejlråd”](#) som for roere vil være:

- lær at ro
- hold dit grej i orden



- planlæg din tur
- hav en livline til land
- brug vesten



Eksempler på praktisk sikkerhedsarbejde i dansk roning

Dette afsnit handler om generelle sikkerhedsiltag, der er almindeligt i dansk roning, og også om konkrete eksempler på, hvordan forskellige typer aktiviteter er organiseret. Når der er referencer til klubbers aktiviteter er meningen at man kan bruge denne korte beskrivelse til som et udgangspunkt for at kontakte klubben og høre nærmere om deres praksis. Man kan også kontakte DFfR's sekretariat eller sikkerhedsudvalget for nærmere referencer.

Svømmefærdighed

Det er almindelig praksis i danske roklubber at medlemmerne forventes at kunne svømme minimum 300m. Dette afviges f.eks. ved roning med børn, hvor roeren til gengæld er iklædt en svømme- eller redningsvest, aktiviteten er nøje overvåget og redningstiltag kan iværksættes umiddelbart.

Oplæring og uddannelse ("lær at ro" og "planlæg din tur")

1. Roning: det er almindelig praksis at nye roere gennemgår et instruktionsforløb, hvor roeren lærer at ro, skifte plads, håndtere båden på land, manøvrere båden på vandet og at holde udkig. Kurset tilrettelægges efter lokale forhold enten for nye roere alene eller sammen med erfarne roere. Nogle klubber laver koncentrerede forløb over f.eks. en weekend, og andre lægger instruktionen på aktivitetsaftner over flere uger. Formålet er at give nye roere de nødvendige færdigheder til at ro i klubbens både, sammen med de øvrige medlemmer i de aktiviteter, som klubben har. Begynderinstruktion kan både være i både med en (sweeps) og to årer (sculls) pr. person. I Danmark er det normalt, at man lærer at ro både styrbord og bagbord, hvis man ror både med en åre pr. roer.
 - a. DFfR har flere forslag til, hvordan man gennemfører grundlæggende instruktionsforløb som [kørekort til roning på vand](#), [roskole](#) eller [roskole for 60+](#)
2. Turledelse: det er almindelig praksis at roklubberne holder lokalt tilrettelagte turlederkurser (styrmandskurser), hvor der undervises i færdselsregler til søs og manøvrering af båden. Nogle steder indgår redningsøvelser (entring af båd) også i styrmandskurserne. Klubberne har forskellige praksis ift. om man har samme krav til alle bådtyper, eller skelner mellem bådtyper, og evt. farvand, hvis man har flere farvande. I nogle bådtyper og farvande kan turledelse være en del af at lære at ro jf. pkt. 1. Det er også almindelig praksis at nye roere først bliver turledere i et begrænset farvand (ture på nogle timers varighed), senere i et større farvand (ture på en dags varighed). Formålet med turlederkurser er at klæde nye roere på til at lede og planlægge en tur på nogle timers eller en dags varighed, sammen med andre, der også har lært at ro jf. pkt. 1.
 - a. DFfR har udarbejdet en vejledning til styrmandskurser, der ligger i umiddelbar forlængelse af at lære at ro, så de to ting i praksis kan opleves som et sammenhængende instruktionsforløb.
 - b. I nogle klubber og farvande indgår turledelse i et vist omfang i roinstruktionen, så

de nye medlemmer kan gå på vandet sammen, så snart de har lært at ro jf. 1, det praktiseres f.eks. i Odense Roklub og roklubberne i Haderslev. Det er udbredt praksis at roinstruktion og turledelse til roning i singlesculler eller solo (coastalsingle) er samme forløb.

3. Turplanlægning: Hvis man vil ro i fremmed farvand, uden at det er under andre sikkerhedssystemer, følger man langtursreglementet, som stiller krav om at man gennemfører et [langtursstyrmandskursus](#). Desuden tilbydes [turlederkursus](#) og [praktisk langtursstyrmandskursus](#). Formålet er at klæde roerne på til at planlægge en tur under ukendte forhold af flere dages eller ugers varighed.
4. Regattaafvikling: sikkerhed ved afvikling af regattaer indgår i [Nordisk Rodommerkursus](#).
5. Der er ingen fast praksis for oplæring i sikkerhedsforhold omkring fælles træningslejre, ungdomslejre, stævner, ture mv. men kurserne om turplanlægning og regattaafvikling berører flere relevante emner.

Materielvedligehold ("hold dit grej i orden")

Det er almindelig praksis i roklubber at materielvedligeholdelse er organiseret som en fælles klubaktivitet, som regel tilrettelagt af et materieludvalg. Mindre, nødvendige, reparationer udføres løbende, mens generel vedligehold udføres om vinteren, udenfor den egentlige rosæson.

Kontakt til land ("hav en livline til land")

Klubberne har forskellig praksis ift. at vide, hvor bådene er henne. Langt de fleste steder anvendes en roprotokol, hvor turen føres ind ved afgang, og afsluttes ved hjemkomst. Protokollen registrerer, hvor turen går hen, afgangstidspunkt, forventet hjemkosttidspunkt, turdeltagerne og, hvem der er turleder (styrmand).

Nogle steder anvendes den praksis at man efterlader sine sko på pontonen, hvorved det er synligt at der er både på vandet. Denne praksis er selvfølgelig kun meningsfuld, hvis det giver sig selv, hvor bådene er.

Der findes også individuelle løsninger, hvor roningen overvåges på en app, hvor pårørende kan følge med i, hvor roeren er henne. [SejlSikkertAlarm](#) er en app, hvor man kan give myndighederne adgang til følge med i, hvor roeren er, og, hvor man kan slå alarm direkte til myndighederne i en nødsituation.

Vinterforhold

Der almindeligt at skelne mellem sommersæson og vintersæson, hvor grænsen mellem sæsonerne afhænger af vandtemperaturen (10C og 12C er almindeligt anvendt). Af praktiske årsager anvendes faste datoer også mange steder. Primo maj og ultimo oktober passer ofte godt med de nævnte vandtemperaturer. Om vinteren er det både koldere vand, koldere luft og færre timer med dagslys, der øger risikoen ved roning og andre søsportsaktiviteter.

I vintersæsonen roes der efter skærpede sikkerhedsbestemmelser, der f.eks. kan omfatte at roning:

- Sker i et begrænset farvand ift. sommersæsonen.
- Sker mere kystnært.
- Kun sker i dagslys.
- Ikke omfatter begyndere.
- Roerne medbringer eller bærer redningsveste under roning. Alternativt ledsages robådene af en følgebåd, der medbringer redningsveste og umiddelbart kan udlevere redningsveste til alle roere og om nødvendigt iværksætte personredning.

World Rowing nævner i deres ” Minimum Guidelines for the Safe Practice of Rowing” forskellige muligheder for særlige vinterforanstaltninger. Det er at undlade at ro, når vandet er under 10C, at medbringe eller bære redningsveste eller at robådene følges af en følgebåd, der medbringer redningsveste til alle.

Roning for børn

Roskilde Roklub har roaktiviteter for 7-11 årige børn. Børnene er under opsyn af voksne, der leder aktiviteten. Børnene er altid iført svømmeveste som klubben stiller til rådighed. Der roes i inriggere og Edonbåde. Under den første oplæring i roning i Edonbåd er ét barn under opsyn af én voksen, og praksis er at binde en 50 meter line fast i Edonbåden, så den voksne på land/ponton kan trække båden retur, når barnet er roet ud. Det er også praksis at der er en følgebåd på vandet, som har mulighed for at assistere, hvis en deltager skulle falde i vandet.

Roning for unge

Unge (ungdomsroere) regnes i almindelighed for 12-18-årige roere, der deltager i aktiviteter målrettet dem, eller ror sammen med voksne roere, afhængig af, hvor stor klubben er, og, hvor mange ungdomsroere, der er i klubben.

Aktiviteterne kan som udgangspunkt være alle slags aktiviteter i alle slags både, under de vilkår som følger af aktiviteten. I nogle tilfælde vil der være ledsagelse af en trænerbåd, i andre tilfælde ikke.

Ungdomsroere skal som regel kunne leve op til de samme svømmekrav som voksne roere, og anvende rednings-/svømmeveste under de samme vilkår.

Det er almindelig udbredt at ungdomsroere fra 14-16-årsalderen ud fra en individuel vurdering kan fungere som turledere efter samme uddannelse som voksne roere. Det indebærer også at de har egne nøgler til klubhuset og kan tage ud at ro på eget initiativ. Den individuelle vurdering er selvfølgelig lidt mere omfattende for ungdomsroere end for voksne.

Rene begynderhold

Hvis man har mange nye roere, kan det være hensigtsmæssigt at have en aktivitet målrettet dem. Det er f.eks. tilfældet i Danske Studenters Roklubs førsteårsroning. Her lærer de ny medlemmer først at ro under instruktion af en instruktør i en båd, og inviteres derefter til at deltage i førsteårsaktiviteterne, der ledes af en/flere instruktører og trænere som deltager i følgebåd, eller om bord i robådene. Der kan være både der kun er bemandede med begyndere, ud fra den betragtning at de har lært at ro, herunder at manøvrere båden og holde udvig, og aktiviteten er en del af oplæringen til turløder. Aktiviteten bliver hver gang rammesat af træneren før man går på vandet (farvand, vejrlig, træningsmæssigt indhold) og evt. spørgsmål kan afklares før, eller, om nødvendigt undervejs, idet træneren følger bådene i en motorbåd.

Roning for ældre

Ældre deltager som udgangspunkt i klubbens aktiviteter på lige fod med andre voksne. Aktiviteterne kan som udgangspunkt være alle slags aktiviteter i alle slags både, under de vilkår som følger af aktiviteten. I nogle tilfælde vil der være ledsagelse af en trænerbåd, i andre tilfælde ikke. Det betyder også at der gælder de samme krav til svømmefærdighed, som for andre voksne medlemmer.

Roerens alder er altså ikke i sig selv afgørende for, hvilke aktiviteter roeren kan deltage i. Når det er sagt, så ændres roerens færdigheder naturligvis med alderen, og de ældre roere skal tilpasse deres aktiviteter til deres færdigheder. Det kan f.eks. betyde at man er mere tilbageholdende med vinterroning, at man ror kortere ture eller kortere dagsetaper på langture, at man undlader skift i bådene på åbent vand eller at man oftere øver sig på selvredning (entring) i de bådtyper man anvender. Det kan også betyde at man ikke længere ror alene i 1x og C1x men kun ror i følgeskab med andre, eller skifter helt til holdbåde, hvor man ror sammen med andre.

I nogle klubber er roning for ældre organiseret som en aktivitet for sig selv, hvor ældre ror sammen med turlængder og træningspas, der er alderstilrettet.

Træningslejre

Når man arrangerer træningslejre et andet sted, end, der, hvor man har sine daglige aktiviteter, er det god praksis at sætte sig ind i de lokale forhold, herunder lokale roklubbers praksis for, hvordan man færdes i farvandet. Hvis der f.eks. er et baneanlæg, skal man følge de lokale færdselsregler, og det kan være hensigtsmæssigt at koordinere sine aktiviteter med de lokale roere, så man ikke forstyrrer hinandens aktiviteter.

F.eks. har Danske Studenters Roklub en langvarig tradition for en outriggerlejr på Hjälmjö i Skåne. Her kan medlemmer der er oplært i roning (pkt. 1 under oplæring og uddannelse) øve og træne roning i outriggere. Deltagerne briefes om færdselsregler ved ankomst, og der tilbydes instruktion til begyndere, så alle kan øve og træne i det omfang de ønsker.

Ronetværk Nordsjælland har også en træningslejr på Hjälmjö, hvor flere forskellige klubber i netværket deltager. Her er der mulighed for træning i teknik og koordination og roning i forskellige outriggede både.

Danmarks Rocenter og kraftcentre/klubber holder træningssamlinger flere steder, både i Danmark (f.eks. Bagsværd Sø og Odense Kanal) og i udlandet, og i de tilfælde skal der naturligvis foretages konkrete vurderinger af lokale risici, koordinering med lokale roere og briefing af deltagerne om nødvendige forholdsregler.

Roning på baneanlæg

På baneanlæg, som anvendes af flere klubber, og måske også klubber fra flere idrætsgrene er det udbredt praksis at brugerne koordinerer færdselsregler, og også bestemmelser om sæsonskifte mellem sommer- og vinterregler.

Fælles lejre, ture, stævner

DFR arrangerer fælles roture over flere dage for deltagere fra flere klubber. I denne sammenhæng melder arrangørerne ud, at deltagerne forventes at have færdigheder der svarer til at have lært at ro som beskrevet under ”oplæring og uddannelse” pkt. 1. ovenfor. Desuden forventes det at deltagerne har demonstreret deres svømmeevne og øvet anvendelse af redningsvest for nylig. Deltagerne medbringer selv den redningsvesttype, som de er vant til at anvende.

Ligesådan er det god praksis at klubber, der arrangerer fælles ture eller træningssamlinger har en dialog om, hvilke forventninger de har til deltagernes forudgående færdigheder, og til indholdet i de fælles aktiviteter.

Regattaer

Det er almindelig praksis at indtænke sikkerhed i den generelle organisering af en regatta, så forhold på land (f.eks. adgangsveje, førstehjælp) og på vandet (f.eks. færdselsregler, redningsmuligheder) bliver organiseret som en integreret del af den samlede organisation. Kommunikationsmidler mellem de forskellige dele af regattaorganisationen på land og på vandet skal være på plads, og procedurer for afbrydelse/udsættelse af arrangementet skal være aftalt. Kontakt f.eks. Holstebro Regatta for dialog om deres praksis for planlægning og afvikling af en regatta. Der er i øvrigt specifikke forhold fastsat i blandt andet kaproningsreglementet og World Rowings regler om afvikling af regattaer.

I forbindelse med f.eks. ”Nordea-Fonden Challenge”, som er skolearrangementer med et konkurrenceislægt i EDON-både er der af DF/Rs sekretariat udarbejdet en sikkerhedsinstruks jf. [Skole- og firmaarrangementer | Dansk Forening for Rosport](#) (roning.dk).

Roning i fremmed farvand

Roning i fremmed farvand, hvor der ikke er andre sikkerhedsregler, og sikkerhedsorganisationer, er meget udbredt i dansk roning. Det foregår efter langtursreglementet, der sætter nogle overordnede rammer for god praksis, og et krav om at turens leder har viden og erfaring til at

planlægge en tur i ukendt farvand. DFfR udbyder som nævnt kurser i turplanlægning. De generelle overordnede rammer i langtursreglementet er:

- Deltagerne skal kunne svømme.
- Der medbringes redningsveste til alle om bord.
- Deltagerne skal kunne betjene deres egen redningsvest.
- Man ror som udgangspunkt kystnært.
- Turen afbrydes (man søger land snarest praktisk muligt), hvis en af deltagerne ønsker det.
- Man krydser ikke farvande, hvor man kommer længere en 2½ km fra land.
- Der roes i materiel, der er egnet til farvandet.
- Båden skal være fuldt bemandedt.

Langtursreglementet tager udgangspunkt i forholdene i de indre danske farvande, og det kan være svært at overføre reglerne til f.eks. Vadehavet eller farvande i udlandet, hvor man f.eks. ror på store floder med meget trafik. Her er det vigtigt at tilpasse turen til lokale forhold, og f.eks. indhente råd og vejledning fra lokalkendte roere. I udlandet roes der ofte langture i andet materiel end i Danmark, typisk gig-både, og det er vigtigt at forholde sig til disse bådes sødygtighed og øvrige karakteristika i turplanlægningen – f.eks. kan gig-både ofte bemandes med en varierende besætningsstørrelse, f.eks. 2 roere i en 3x gig, 3 roere i en 4x gig, eller 6 eller 7 roere i en 8x gig.

Overvejelser om redningsveste og dansk roning

Dansk roning foregår på meget forskellige farvande, i mange forskellige bådtyper og udøver mange forskellige aktiviteter for mange forskellige aldersgrupper. Det betyder, at der ikke er en "one-size-fits-all" løsning for anvendelse af redningsveste i dansk roning. Nedenfor er oplistet en række forhold, som man skal tage i overvejelse ift. anvendelse af redningsveste. Afsnittet skal læses i sammenhæng med de øvrige afsnit i denne Safety Code.

Myndighedernes udgangspunkt

"Bekendtgørelse om redningsveste i mindre fartøjer", BEK 766 af 20/6/2024¹ tager udgangspunkt i, at der medbringes redningsveste eller svømmeveste til alle ombord, men fastsætter også, at man ved konkurrence-, sø- og vandsport (som roning) kan vælge at følge det relevante sø- og vandsportsforbunds sikkerhedsbestemmelser, hvis de giver samme sikkerhedsniveau som en medbragt svømme- eller redningsvest. Det er fartøjets fører, altså turlederen/styrmanden, der skal beslutte om man medbringer veste eller følger forbundets sikkerhedsbestemmelser.

Bekendtgørelsens udgangspunkt er strengt taget opfyldt, hvis man medbringer en oppustelig svømmevest i et mavebælte (SUP versionen) i båden. Bekendtgørelsen stiller ingen krav om svømmefærdigheder, turplanlægningsevner, færdigheder i at bemane fartøjet eller andet.

Løsningen med at medbringe en svømmevest i et mavebælte et sted i båden har nogle åbenlyse svagheder i sammenligning med f.eks. at have en konventionel redningsvest (faststof/skum) ved hånden som er udbredt praksis i roning, når bådtypen muliggør det. Derfor er det hensigtsmæssigt at DF/R kan fastsætte sine egne regler for anvendelse af rednings- og svømmeveste, som tager praksis for svømmefærdigheder, turplanlægningsevner, færdigheder mv. i betragtning.

Praksis i dansk roning

I rosporten stiller vi som udgangspunkt krav om svømmefærdighed, vi uddanner roere og turledere, har fast praksis for kontakt med land mv. Vi har en tradition for at anvende redningsveste, hvor det er muligt, frem for svømmeveste.

Bådtyperne har meget forskellig plads til at medbringe bagage, som f.eks. veste. Svømmeveste anvendes blandt andet, hvor der er upraktisk at anvende redningsveste pga. pladsforhold, f.eks. i gig-både. Det gør vi ud fra den betragtning at en redningsvest er et redningsmiddel, en svømmevest er et hjælperedskab for svømning, så svømmeveste f.eks. ikke vender en bevidstløs rigtigt i vandet.

Varme (altså at man sveder) er en vigtig faktor ift. roning. Om vinteren, hvor det at bære en vest kan være en del af at klæde sig varmt kan det være hensigtsmæssigt at bære redningsvesten, hvor

¹ Samme bestemmelser fremgår af "Bekendtgørelse om sikkerhed ved sejlads med fritidsfartøjer samt sikkerhedskrav til fritidsfartøjer over 24 meter i længde" BEK 765 af 20/6/2024.

det om sommeren kan være et problem at det er for varmt at bære en vest under roning. Hele året er det et problem at regulere sin påklædning, hvis man har vest på. Se i øvrigt afsnittet om vinterforhold.

Oppustelige eller konventionelle veste

Klubberne har i forskellig grad og på meget forskellig vis indført oppustelige redningsveste med/uden automatisk udløsning og i forskellige dele af sæsonen. Samtidig er der forskellig praksis ift. om de oppustelige veste bæres eller medbringes.

Oppustelige veste er ikke fejlfri. Vi har oplevet, at roere har haft svært ved at udløse oppustelige veste manuelt, og vi har oplevet fejlbetjente oppustelige veste (patronerne var ikke skruet hårdt nok i) så vestene ikke udløste. Tilfældig udløsning af vest er også set.

Oppustelige veste har den fordel at de kan bæres (med visse begrænsninger for roningen), mens konventionelle veste har den fordel, at de virker umiddelbart. En konventionel vest kan anvendes flere gange mens en oppustelig vest kan anvendes én gang, og så skal der sættes en ny patron og tablet i – dvs. man skal medbringe reservedele på roturen, hvis man vil være sikker på at have en redningsvest på hele turen (altså også efter en evt. kæntring). Oppustelige veste har så den ulempe, at teknikken skal virke (man skal stole på noget, som man ikke kan kontrollere), konventionelle veste har den ulempe, at man skal tage den på, evt. i vandet, når uheldet er indtruffet. Hvis man ikke bærer den oppustelige vest, skal man også tage den på, og, hvis man har en automatisk udløst oppustelig vest, skal man være opmærksom på, at den er meget svær at tage på, hvis den er udløst – dvs. man skal altid bære automatisk udløste veste, med de gener, det giver for roningen, og de begrænsninger det giver for at regulere påklædningen. Tilsvarende kan en oppustelig vest, der ikke er udløst, ikke flyde, det betyder at en oppustelig vest, der ligger løst i båden vil synke til bunds ved en kæntring, medmindre den er fastgjort i båden.

Train as you fight: man skal øve anvendelsen af sit sikkerhedsudstyr. Øvelse med konventionelle veste koster ikke noget, øvelse med oppustelige veste koster et patron/tabletsæt, og den udgift kan være en stor del af et årskontingent til en roklub.

DFfR

I DFfR er det klubberne, der fastsætter deres egne sikkerhedsregler i eget farvand. DFfR har nogle få fælles retningslinjer, f.eks. langtursreglementet for roning i fremmed/ukendt farvand, hvor DFfR stiller krav om at medbringe redningsveste.