

Sikkerhedskursus for nye medlemmer.

Nye medlemmer:

Alle nye medlemmer skal gennemgå en havkajak-grundinstruktion, inden de kommer ud og ro kajak.

Desuden skal de gennemgå et sikkerhedskursus og gennemføre roeruddannelsen på et af vores hold. Roeruddannelse og sikkerhedskursus er gratis for klubbens medlemmer og omfatter følgende:

Grundlæggende om kajak, pagaj og håndtering af disse.

- Forskellige kajaktyper og bundformens betydning for sejlegenskaberne.
- Forskellige materialer – fordele og ulemper samt hvordan man behandler de forskellige materialer.
- Indstilling af fodspark – sådan sidder du i kajakken.
- Påsætning af sprayskirt – sikkerhed.
- Pagajen – forskellige typer og materialer.
- Sådan bruges pagajen
 - Forlænsroning
 - Baglænsroning
 - Bremsning og standsning af kajakken
 - Sådan drejer og styrer man kajakken
 - Lavt støttetag
- Isætning og optagning af kajakken fra slæbested og strand. (NB ror og skeg)
- Rengøring af kajakken efter tur.

Sikkerhed og påklædning.

- Vurder vejret – kan du sejle i den vind og de bølger
- Redningsøvelser
 - Egenredning med og uden paddlefloat
 - Makkerredning
 - Eskimoredning
- Hvilken påklædning passer hvornår
- Obligatorisk udstyr på roture
- Evt. spørgsmål og snak om udstyr

Procedurer og regler omkring roning.

- Roerkategorier, regler og rettigheder
- Frigivelse af roere – EPP 2-bevis
- Ro-område for forskellige roerkategorier
- Procedurer ved roture – skriv altid på rotavlen
- Hvis ikke du kan overholde hjemkomsttidspunkt
- Hold øje med hinanden – aftal hvem der holder øje med hvem
- Vinterroning og roning aften og nat.
- Søvejsregler

Klubbens hjemmeside

- Hvad kan jeg finde på hjemmesiden
- Brug af kalenderne til reservation af klubkajakker og tilmelding til ture
- Oprettelse af login til kalender og medlemsider – evt oprettelse af blog.
- Kontingent, kajakopbevaring og nøgle til kajakcontainer.

Roeruddannelsen gennemføres på hold og afvikles 2 gange om året i sommerperioden.

Det anbefales kraftigt, at man efter gennemført roeruddannelse vedligeholder sine færdigheder blandt andet ved at deltage i svømmehalstræning i vinterhalvåret.