



Norske Studenters Roklub



SIKKERHETSREGLEMENT

1. Innledende bestemmelser

- 1.1. Båten som velges skal være i samsvar med roerens erfaringsnivå (grønn, blå eller rød), se pkt. 2.4.
- 1.2. Ved valg av båt skal det tas hensyn til værforholdene.
- 1.3. Den enkelte roer skal alltid kjenne utstrekningen av det roområdet som gjelder for roerens erfaringsnivå, båttype og årstid, se pkt. 2, 4 og 7.
- 1.4. Den enkelte roer skal kjenne innholdet i styringsreglene, se pkt. 5.
- 1.5. Den enkelte roer skal:
 - 1.5.1. Før roturen begynner skal roeren sjekke om materiellet er i orden, særlig om riggen og swivler sitter fast, og at sleide og fotbrett er i orden.
 - 1.5.2. Hvis skader oppdages eller påføres båten, føre dette inn i skadeprotokollen (rød protokoll).
- 1.6. Alle roturer skal skrives inn i protokollene med angivelse av roer og benyttet båt.
- 1.7. Når det er begrensninger i bruk av en båt / båttype knyttet til alder og/ eller erfaringsnivå, må minst halvparten av roerne fylle vilkårene.
- 1.8. Styre eller den styret bemyndiger, kan for det enkelte tilfelle dispensere fra bestemmelsene i "Sikkerhetsreglementet".

2. Roeren

- 2.1. Alle roere må være svømmedyktig, og dette skal skriftlig bekreftes ved innmelding . Klubben kan kreve at roeren viser det.
- 2.2. Før en roer kan benytte båtene på egenhånd skal vedkommende være godkjent av et medlem av styret.
- 2.3. Nye roere i NSR:

- 2.3.1. Som er uten roerfaring må gjennomgå 10 instruksjonstimer før de kan godkjennes og tillates å ro på egen hånd.
- 2.3.2. Som har roerfaring fra annen klubb skal sette seg inn i NSRs reglementer og ha kjennskap til daglig roområde innen de ror på egen hånd.
- 2.4. Roerne deles i tre erfaringsnivåer:
 - Grønn: Nybegynner og uerfarne roere
 - Blå: Erfaren mosjonist eller tidligere konkurranseroer
 - Rød: Konkurranseroer (etter passert nybegynnerstadiet) som det er løst regattalinsens for.
- 2.5. Enhver roer er selv ansvarlig for sin egen helse og sikkerhet under roturen. Før en roer under 18 år tillates å ro alene skal det foreligge skriftlig samtykke fra foreldre.

3. Materiell

- 3.1 Den enkelte roer er selv ansvarlig for at båten er i sikkerhetsmessig forsvarlig stand før roing.
- 3.2 Det må kun brukes båter som er egnet til den planlagte tur. Farvann og værutsikter skal alltid tas i betraktning ved valg av båttype.
- 3.3 En robåt skal være bemannet med det antall roere den er konstruert for og må ikke medta passasjerer. Båten må ikke overbelastes jfr. vektklasse.
- 3.4 Se for øvrig klubbens Materiellreglement for båtenes skjøtsel og bruk.

4. Roområdet

- 4.1. **Daglig roområde:** Det daglige roområdet for Norske Studenters Roklub er indre Oslofjord, begrenset av en linje fra Ljan via Nesoddtangen, Geita og Gåsøya til Blakstad bukta innen for Bjørkøya. Se vedlagte og oppslått kart.
- 4.2. **Begrenset daglig roområde:** Det begrensede daglige roområde er Langvik og Frognerkilen, avgrenset av en linje fra Bygdøynes til Hjortnes. Hvis ikke styret har fattet annen beslutning, gjelder dette område som daglig roområde i perioden 15. oktober til 15. april, eller for øvrig når vanntemperaturen er under 10°C. Se vedlagt og oppslått kart.
- 4.3. **Utvidet daglig roområde:** utvidet roområde består av hele Bunnefjorden, samt nordlige del av Oslofjorden, avgrenset av en linje fra Digerud på Nesoddtangen via Aspond og nordspissen av Håøya til Båtstø.

4.4. Bruken av roområder, avhengig av båttyper og roere:

4.4.1. Daglig roområde, som definert i 4.1

(1) Sommer: Senior konkurranseroere og mosjonister i alle båttyper

Roere under 18 år med følgebåt uansett båttype

(2) Vinter 15.okt – 15.apr: Senior konkurranseroere og erfarne

mosjonister med følgende båttyper og sikkerhetstiltak:

- 4X, 4-, 8+ med følgebåt og redningsvester.

- $\frac{3}{4}$ 4X+, $\frac{3}{4}$ 4-, 2+innrigger, 4+innrigger med redningsvester og øsekar

- 2X trim og 2X coastal med flyteutstyr så lenge avstanden til land ikke overstiger 50m

4.4.2. Begrenset roområde som definert i 4.2

Sommer: Alle roere under 18år uten følgebåt: uansett båttype

Vinter 15.okt – 15.apr:

Senior konkurranseroere og mosjonister i båttypene 1X, 2X, 2- med følgebåt

4.4.3. Utvidet roområde som definert i 4.3

Sommer: Senior roere og erfarne mosjonister i båttypene 1x trim, 2x trim, 1x coastal, 2x coastal, 2+innrigger og 4+innrigger.

4.5 Enhver rotur som går utenfor det daglige utvidet roområdet er å betrakte som langtur og faller under klubbens Langtursreglement.

5. Styringsregler

- 5.1. I alle trange farvann skal båtene holde seg på farvannets *høyre* side i fartsretningen (styrbord side).
- 5.2. Robåter skal vike for næringstrafikk.
- 5.3. 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).
- 5.4. En robåt som blir innhentet av en annen robåt skal vike, fortrinnsvis til *høyre* side.
- 5.5. Dersom det er lagt ut gule bøyer ved badestrand, skal man ro på utsiden av disse.
- 5.6. Robåter bør *ikke* brukes etter mørkets frembrudd. Kommer man ikke inn før det mørker, kreves en lanterne med hvitt lys 360 grader.

6. Sikkerhetsregler og flyteutstyr

- 6.1. Alle robåter skal som hovedregel medbringe egnet flyteutstyr for alle personer ombord. Unntak er gitt i de følgende punkter.
 - 6.1.1. Bestemmelsen i 6.1 kan fravikes ved organisert trening i det begrensede daglige roområdet, jf. pkt. 4.2.
 - 6.1.2. For roere i klassen andre års JB eller eldre, og med minst ett fullt års roerfaring, kan bestemmelsen i pkt. 6.1. også utenfor organisert trening fravikes ved roing i det begrensede daglige roområdet.
 - 6.1.3. I perioden 15.10 – 15.4 eller for øvrig under vilkår hvor "begrenset daglig roområde" gjelder (vanntemperatur lavere enn 10° C) kan bestemmelsen i pkt. 6.1 bare fravikes når båtene ledsages av følgebåt i samsvar med pkt. 7.
- 6.2. Roere i klassene JD og JC tillates bare å gå på vannet når de er ledsaget av følgebåt. Det samme gjelder for roere i første års JB med mindre de har minst to års roerfaring. For øvrige juniorer i klassene 1x, 2x og 2- er kravet at det er minst to båter på vannet som holder en avstand på maksimalt 100 meter. Se for øvrig pkt. 4.4.
- 6.3. Roing i utriggende båter er ikke tillatt når vindstyrken overstiger 7 m/sek.

7. Vinterroing

- 7.1. Bestemmelsene om vinterroing gjelder i perioden 15.10 til 15.4, eller for øvrig når vanntemperatur er under 10° jf. pkt. 4.2.
- 7.2.. For roere under Rosjefens ansvarsområde gjelder følgende for roing i **utriggede båter**:
 - 7.2.1. JD, JC og 1. års JB tillates ikke å ro i perioden 15.10 til 15.4 med mindre styret har truffet vedtak etter pkt. 3.5 (forlenget sommervilkårene).
 - 7.2.2. Senior og masters, JA og 2. års JB kan ro når de ledsages av følgebåt, lufttemperaturen ikke er lavere enn -4° og vindstyrken ikke overstiger 5 m/sek.
- 7.3. For roere under Rosjefens ansvarsområde (konkurranseroere) kan i perioden for vinterroing ro i ¾ utriggede båter, coastal-båter og innriggere under de samme vilkår som gjelder for tur-og mosjonsroere, se punkt 7.4.
- 7.4. For roere under Tur- og mosjonssjefens ansvarsområde gjelder:
 - 7.4.1. Nybegynnere tillates kun å ro med erfarne roere (minimum 2 sesongers erfaring).

- 7.4.2. Med Tur- og mosjonssjefens tillatelse kan roingen foregå også utenfor "daglig roområde" i større lagbåter (innrigger/ $\frac{3}{4}$ firer) og med flyteutstyr og øsekar båten.
- 7.4.3. Mindre lagbåter (dvs. 2X trim/2x coastal) kan tillates å ro utenfor "begrenset roområde" så lenge avstand til land ikke overstiger 50meter, og det er flyteutstyr og øsekar i båten..
- 7.5. Ved vinterroing må påkledningen være tilpasset forholdene og fortrinnsvis være vind- og vanntett, og dekke **hele** ryggen. Det må aldri forekomme en åpning i korsryggen.
- 7.6. Flyteutstyr og øsekar skal medbringes for alle mannskaper uansett erfaring og klasse.
- 7.7. Båtene skal **ikke** brukes hvis det er fare for is på vannet. Når isforholdene er uavklarte skal dette kontrolleres med følgebåt før robåtene settes på vannet.

8. Følgebåt

- 8.1 Det følger av bestemmelsene i pkt. 4.4.1, 4.4.2, 6.1.3, 6.2, 7.2.2, og 7.7 når følgebåt skal benyttes.
- 8.2 Når det i JD, JC og 1. års JB er mer enn fire båter av klassen 1x, 2- eller 2x på vannet samtidig, skal de ledsages av to følgebåter som skal være i nærheten av båtene.
- 8.3 Følgebåten skal medbringe flytevester til det antall roere følgebåten har ansvaret for.
- 8.4 Følgebåtens dødmannsknapp skal være aktivert.