

Praktische Veiligheidsrichtlijnen Gigroeien

Deze richtlijnen zijn de praktische uitwerking van het Veiligheidsprotocol Roeien. Ze geven aan wat je concreet doet vóór en tijdens het roeien.

1. Voor vertrek

Voor vertrek controleert de stuur het weer en de omstandigheden, de boot en (verplichte) uitrusting en de route.

2. Niet uitvaren bij

Vóór het roeien wordt de weersverwachting gecontroleerd. Er wordt niet uitgevaren bij:

- Een door het KNMI afgegeven code rood voor Noord-Holland
- (Kans op) onweer;
- Slecht zicht (minder dan 100 meter);
- Temperatuur van 1°C of lager of kans op vorst;
- IJs op het water;
- Bij een windkracht van 6 Bft (10,7 m/s) of meer wordt niet uitgevaren. Ook bij minder wind kan de stuur besluiten niet uit te varen, afhankelijk van windvlagen, golfslag, zicht, drukte op het water en de ervaring en samenstelling van het team.

Besef bij trainingen dat we een sporthobby beoefenen en dus geen onnodige risico's willen lopen. *De stuur beslist zonder discussie van de rest.* En voelt dit niet goed, beslis dan voor jezelf en doe desnoods niet mee met de training. Dit moeten de overige teamleden te allen tijde respecteren.

3. Uitrusting

In de boot is minimaal aanwezig:

- Waterdicht veiligheidstonnetje met o.a. scheepstoeter, zaklamp, reserve batterijen, EHBO-set, 7 isolatiedekens¹ en de Calamiteitenkaart;
- Reddingsvesten²;
- Handpomp of hoosmiddel;
- Sleeplijn;
- Reserve breekpennen;
- Mobiele telefoon (waterdicht verpakt) of marifoon (te gebruiken voor communicatie met andere schepen en hulpdiensten);
- De stuur en de roeiers dragen zichtbare kleding passend bij de (weers)omstandigheden;
- Navigatieverlichting³: in het (schemer)donker en bij slecht zicht is een wit heklicht verplicht en een tweede extra wit licht (bijvoorbeeld zaklantaarn of smartphone) raadzaam. Bij een snelheid boven de 7 km/uur zijn boordlichten verplicht.

¹ Bij onderkoeling GOUD & bij oververhitting ZILVER aan de buitenkant

² Reddingsvesten zijn wettelijk niet verplicht tijdens het roeien, maar wij raden aan ze altijd mee te nemen, dan wel te dragen in het donker, bij slecht zicht, hoge golfslag en koud water. [Welk-reddingsvest-voor-roeiërs.pdf](#)

4. Tijdens het roeien op De Nieuwe Meer

Tijdens het roeien gelden de regels van het *Binnenvaartpolitiereglement (BPR)* en de principes van goed zeemanschap. Veiligheid staat daarbij altijd voorop.

- Houd zoveel mogelijk stuurboordwal.
- Geef grote schepen en beroepsvaart ruim baan en blijf uit hun dode hoek.
- Wanneer geen van de schepen stuurboordwal houdt, wijkt een klein motorschip voor een roeiboot en een roeiboot voor een zeilschip.
- Zorg dat je vaarpositie en vaarrichting voor andere vaarweggebruikers duidelijk zijn.
- Kijk voortdurend goed vooruit én achteruit.
- Blijf zoveel mogelijk buiten de vaarroute, vooral in het donker.
- Stop alleen buiten de vaarroute en niet aan lagerwal, in een bocht of vlak bij een brug.
- Wijk tijdig uit en doe altijd alles wat nodig is om gevaarlijke situaties en aanvaringen te voorkomen.

5. Wat te doen bij calamiteiten en noodsituaties?

- Blijf rustig, zorg dat duidelijk is wie de leiding neemt en stabiliseer de ontstane situatie. Denk daarbij aan jezelf, het team en de boot;
- Bij levensgevaar of ernstig letsel: bel 112 of gebruik de rode noodknop in de KNRM Helpt-app. Geef door: de naam van de boot, de aard van het incident, het aantal betrokkenen, de positie en de afgesproken plaats waar de ambulance kan komen.
- Bij overige calamiteiten:
 - Marifoon kanaal 22 of 69 (Nieuwe Meersluis) of 16 (ruimere wateren);
 - Nieuwe Meersluis 0900-93 94 of 06-21 69 04 72
 - Noodsignaal: 2 gekruiste riemen omhoog zetten
- Let bij extreme weersomstandigheden op signalen van onderkoeling en oververhitting en neem tijdig maatregelen (opwarmen, koelen, stoppen);
- Meld incidenten en (bijna) ongevallen bij de roeicommissie en op de website veiligroeien.nl

6. Tot slot

- Deze richtlijnen zijn bedoeld voor dagelijks gebruik op het water.
- Voorkom blessures door het geven van de juiste instructies, een warming up tijdens het inroeien en een cooling down na het roeien.
- Installeer ter aanvulling de apps op je telefoon: Meteocheck (KNMI, Buienradar, Windfinder), Rode Kruis EHBO, Vesselfinder en KNRM.
- Raadpleeg het Veiligheidsprotocol Roeien voor achtergrond en afspraken binnen de vereniging.

³ Het is wettelijk verplicht om tussen zonsondergang en zonsopgang navigatieverlichting te voeren. Ook overdag met slecht zicht (door mist, regen of ander slecht weer) ben je genoodzaakt om de juiste navigatieverlichting te gebruiken.