



Att ha tydliga säkerhetsregler och att våra medlemmar följer reglerna är viktigt för klubben eftersom vi tränar på vattnet, använder utrustningar och motordrivna båtar.

Säkerhetsregler för kanotister

För att delta i våra träningar på vattnet och friluftsturer krävs det att du klarar av att simma 200m på egen hand. Nedan följer säkerhetsregler för kanotister som gäller på klubbens gruppträningar och turer.

- 1** När du paddlar kanot eller kajak måste du ha **flytväst** på dig. Klubbens västar hänger på ställningen i kanothuset. Fler västar finns också i paddelrummet.
- 2** Det är viktigt att **hålla ihop i grupp**. Var beredda på att göra kompisräddning om någon råkar välta med sin kanot, särskilt om ni paddlar utan fölgebåt.
- 3** Om du ramlar i vattnet, försök att **hålla dig lugn** och vänta på fölgebåten eller kompisräddning. Vänd kanoten så att den inte tar in för mycket vatten.
- 4** Vi paddlar **aldrig i åskväder**. Det är mycket farligt!



När paddlingspasset är slut torka av kanoten med handduk och ställ tillbaka all utrustning på sina platser. Rapportera eventuella skador/problem med utrustningen till ledaren, så det blir åtgärdat innan nästa pass.