



# VINTERRONING I EGÅ ROSPORT



En tur på vandet i vinterhalvåret kan være en fantastisk oplevelse, når blot der tages højde for de risici der er ved at vand og lufttemperaturerne er meget lavere end om sommeren. På de følgende sider finder du mere info om klubbens vinterroningsreglement, tolkning af dette og gode råd.

## Hvornår roer vi efter vinterroningsreglementet?

Fra standeren stryges den sidste weekend i oktober og frem til standerhejsningen, som typisk er sidste weekend i marts.

## Hvem må ro vinterroning?

Alle medlemmer som i den netop afsluttede sæson har roet 200 km i hhv. robåd eller kajak må ro vinterroning. Det betyder at har du roet 300 km i robåd og 100 km i kajak, må du kun ro vinterroning i robåd.

## Sigtbarhed

I vinterroningsreglementet står der at der skal tages ekstra hensyn til sigtbarheden. Det betyder at der ikke må roes når det er diset og tåget. Det er også en selvfølge at man ikke tager på vandet før solen er stået op og kommer på land igen inden den går ned.

## Vandtemperatur

Der skal tages stort hensyn til vandtemperaturen. Så bliv altid så tæt på land som overhovedet muligt, således at du kan rejse dig op og gå i land hvis uheldet skulle være ude. Ja det kan være "op af bakke", men alternativet er værre!

Husk også at vandet typisk er noget koldere i perioden fra midt december til standerhejsningen, end fra standerstrygning til midt december. Har du ikke været ude at ro vinterroning før jul, skal du overveje om du ikke også skal blive på land i januar kvartal.



### Isdannelse

Der må ikke roes i isdannelse. Dette betyder at man sikkert skal kunne styre uden om eventuelle isflager under selve roning. Roning må ikke finde sted når der mellem land og det åbne vand er så meget is at man ved kæntring ikke kan rejse sig op og gå i land.

### Vind og bølger

Der er ikke noget som hedder "jeg/vi kan jo altid prøve" når der roes vinterroning. Ved den mindste tvivl om vind, bølger – bliv på land.

Husk også at der er et begreb som hedder "wind chill factor". I kender det alle sammen - jo mere vind desto koldere føles det. -5 °C ved nul vind vil for eksempel ved 5m/sek føles som -13 °C.

### Både

For at mindske risikoen for en tur i det kolde vand gælder det for roning både i kajak og robåd, at man skal vælge stabile både.

For robåde gælder den specielle regel at der ikke må skiftes plads i båden på positioner hvorfra man ikke kan gå i land.

### Egnet påklædning

3 lags princippet er en god ide at følge. Inderste lag er varmt undertøj, derefter et mellemlag som skal være varmeisolerende og ventilerende (f.eks fleece eller tynd neopren) og yderst et vand- og vindtæt lag. Varm hovedbeklædning er vigtigere end de fleste tror, idet der er et enormt stort varmetab fra et ubeskyttet hoved.

Husk altid at medbringe en vandtæt pose med rigeligt tørt og varmt tøj, samt mobil tlf. Tag evt. også et guldtæppe og nogle energibar med.

### Links til mere info

Søsportens sikkerhedsråds pjeces: Værd at vide om kulde og beklædning til søs. Ligger i klubben eller kan findes på: <http://www.soesport.dk/Sider/Pjecer.aspx>

DFfR: <https://roning.dk/kernejdelsler/viden/vinterroning/>

#### Egå Rosport reglement for vinterroning (punkt 12 i reglement)

- Roere med minimum 200 kilometers roning i indeværende sæson opnår automatisk - uden yderligere aftale - ret til vinterroning i henholdsvis robåd og kajak. For øvrige roere gælder, at roning i tidsrummet fra standerstrygning og indtil standerhejsning kun må ske efter aftale med rocheferne.
- Under vinterroning skal samtlige roere være iført en CE godkendt redningsvest og kajakroere skal være iført en CE godkendt svømmevest.
- Roerne skal bære egnet påklædning under roning.
- Der må kun roes, når vejrforholdene er forsvarlige, dvs. der tages stor hensyn til vandtemperatur, sigtbarhed og lufttemperatur, vindhastighed m.m.
- Kajakroere under 16 år, der har opnået ret til vinterroning, må ikke ro alene efter standerstrygning.
- For roere i robåde gælder desuden, at der kun må skiftes på positioner, hvorfra alle kan gå i land, dvs. der må kun skiftes pladser i båden, når alle i båden kan bunde på det sted, hvor man skifter.