

Roeien in de wintermaanden

Om veiligheidsredenen wijst het bestuur en de Roeicommissie roeiers die tijdens de wintermaanden willen skiffen op de risico's. Een C1 boot valt onder de term skiff. In de botenloods is een thermometer. Dus je kunt e.e.a. voordat je het water opgaat controleren. In de loods is een digitale temperatuurmeter aanwezig (bij de overheaddeur).



Regels winterroeien

In verband met de risico's van koude, sneeuw en ijs gelden er in de winter de volgende regels.

Er mag NIET geroeid worden in de volgende gevallen:

- luchttemperatuur 0°C of lager,
- met sneeuw of ijs op het vlot,
- Als er (drijvend-) ijs in het water aanwezig is,
- in een skiff of C1 bij een watertemperatuur van 10°C of lager.

Bij een watertemperatuur onder de 10°C moeten roeiers zich bewust zijn van de risico's van hele snelle onderkoeling of een koude shock!. Er moet er dan wel geroeid worden met twee boten in elkaars directe nabijheid. Ook geldt dan dat de roeier een door het bestuur bevestigde vrijwaring is afgegeven.

Overlevingskansen in het water

Er is geen enkele wetmatigheid bij de overlevingskansen in water.

Onderstaande tabel is een zeer ruwe indicatie. De werkelijke overlevingstijd hangt af van veel factoren zoals lichaamsbouw, hoeveelheid onderhuids vet, gebruik van alcohol of medicijnen, kleding, geslacht, windsnelheid, golfhoogtes, lichamelijke en geestelijke conditie.

Watertemperatuur	Wetsuit	Gekleed	Zwemkleding
0° C	15 minuten	9 minuten	2 minuten
5° C	3 uur	1 uur	0,5 uur
10° C	9 uur	3 uur	1 uur
15° C	12 uur	5 uur	2 uur
20° C	15 uur	8 uur	4 uur

Omslaan bij kou

Probeer het verblijf in het water zo kort mogelijk te houden door zo dicht bij de kant te roeien, zwem dan onmiddellijk ernaartoe en klim uit het water. Is het heel koud, laat de boot dan achter en zwem zonder boot naar de kant. Je eigen veiligheid staat altijd voorop. Ben je verder van de kant of denk je dat je al zo snel koud wordt dat zwemmen niet lukt, klim dan op de omgeslagen boot. Hoe meer je uit het water blijft, hoe beter. Probeer de aandacht van passanten te krijgen door je armen boven je hoofd te bewegen. Ben je eenmaal op de kant, zorg dan dat je hulp krijgt van omstanders of omwonenden. Vraag om droge kleren, een deken of een oude jas, zodat je verder afkoelen kunt tegengaan. En vraag om naar de vereniging gebracht te worden of bel anders naar de vereniging. Ben je veilig, zorg dan voor het materiaal of laat anderen dat doen.