| Dato: 11. August 2023 |
| --- |
| **Kontaktoplysninger**  *Teknik- og Miljøcenter*  **Team Natur og Land**  Rønnedevej 9  4100 Ringsted  Tel.: +45 57 62 63 00  Dir.: +45 57 62 63 29  Mail.: LFBE@RINGSTED.DK  teknikogmiljo@ringsted.dk  www.ringsted.dk  EAN: 5798007643157 |

**Kursusramme:** 2 undervisningsdage

**Kursusdatoer:** 14. og 15. maj 2024, kl. 8-16.

**Sted:** Traktørstedet, Haraldstedvej 130,

**Forudsætninger for Sikkerhedskursus og Kanoinstruktør I**

* Min. 18 år
* Kan svømme 200 m i åbent vand
* Har gyldigt 8 timers førstehjælpskursus (Eller får det inden tur med elever)
* Har deltaget i kanotur med min. en overnatning

**Sikkerhedskurset og Kanoinstruktør I giver kompetence til:**

* Tage grupper med på kanotur:
* i beskyttet farvand (Fx Haraldsted Lillesø(Tivolisøen) og Haraldsted Langesø (Haraldsted Sø) og Suseåen)
* i perioden 15. maj til 31. oktober
* med vandtemperatur på min. 10 grader
* i vind på max 4 m/s

**Deltagerratio**

Deltagerratio (max. antal kanoer/personer pr. kanoinstruktør) 1:6 kanoer / 1:12 personer

**Søfartsstyrelsens regler for sejlads kort**

Overordnet siger reglerne: alle skal kunne reddes i nødsituation og det er redderens (institutions-/skolelederens) ansvar, at det kan lade sig gøre. Ansvaret for sikker sejlads i kano ligger hos den enkelte ***institutions-/skoleleder***.

Den enkelte institution/skole skal udarbejde en ***sikkerhedsinstruks*** for kanosejlads, der omfatter 14 punkter. Skole/institution (eller kommunen) skal have en passager­ansvarsforsikring. For skoler, institutioner eller lignende, der er omfattet af en offentlig (statslig, kommunal eller regional) selvforsikringsordning, er selvforsikringsordningen tilstrækkelig.

**Bådfører (=kanoinstruktør)**

Som fører af fartøjet skal du sikre at det:

- føres i overensstemmelse med godt sømandskab, og at menneskeliv på søen sikres fuldt betryggende.

- føres i overensstemmelse med sikkerhedsinstruksen, som er fastsat af rederen (institutions-/skoleleder).

**Links til sider om sikker sejlads med skoler og institutioner:**

[**https://www.soefartsstyrelsen.dk/skole-and-udlejningssejlads/skole-og-institutionssejlads/sikkerhedsinstruks-institutionssejlads**](https://www.soefartsstyrelsen.dk/skole-and-udlejningssejlads/skole-og-institutionssejlads/sikkerhedsinstruks-institutionssejlads)

[BEK nr 956 af 26/09/2012 (bekendtgørelse om mindre fartøjer, der medtager op til 12 passagerer)](https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=141932)  
[BEK nr 233 af 05/03/2015 (regler for besætningsfastsættelse)](https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=168743)

[www.kanosamraadet.dk](http://www.kanosamraadet.dk)

**Tur efter evne**

NB! TUR EFTER EVNE 🡪 kend dit ansvar og tilpas turen 🡪 aflys hvis fx sikkerhed eller vejrudsigt ikke er i orden.

**Kursusindhold**

**Teknik, praksis, leg**

* Indstigning og udstigning, Vand og kano tilvænning
* Paddelstillinger (turist, trapper)
* Bæreteknik
* Paddelteknik
* Paddelfatning og padlers box
* Forlæns, baglæns, J-tag, fejetag, støttetag og 360 graders vending
* Powertag, baglæns/stoptag, bagror, (krydstag, skubtag, træktag, støttetag, scultag/8-talstag)
* Tandem: Kadence og takt
* Teknikbaner
* Trimning af kano
* Vandtilvænning og leg
* Intro til solopadling (c-tag)

**Redninger og sikkerhed**

* Selvredning (svømme til land og tømme kano, brug af slynge/stigbøjle, tømme kano med paddel/øse, evt. Tommymetoden)
* Makkerredninger: x-redning, parallelredning, parallelredning med entring gennem vandfyldt kano
* Flådedannelse (side ved side, diamant)
* Bugsering (perler på snor, diamant)

**Teori**

* Kanoens materiale, form og udstyr
* Padler form og materiale
* Sikkerhedsinstruks
* Påklædning (3-lags princip), instruktørens sikkerhedsudstyr, ekstraudstyr i kanoen
* Turlederrolle, organisering og gruppehåndtering
* Navigation, orientering, vejvalg
* Vind, vejr, bølger og strøm
* Identifikation af risici
* Førstehjælp, genoplivning, hypotermi
* Færdselsregler på vand
* Naturhensyn, adgangsforhold i naturen og interessekonflikter

**Udstyr**

Kommunikationsudstyr

Førstehjælps udstyr

Rednings/svømmevest

Ekstra paddel

Øse/svamp – bugserline