



# Memo

datum: 26 februari 2014  
aan: Leden Njord  
van: Njord bestuur  
betreft: **Veiligheid en risico's bij kayakken/kanovaren**

---

## Inleiding

### Aanleiding

L.K.V. Njord (Njord) is verzekerd voor incidenten bij varen op vaarwater tot en met wildwaterklasse II. Leden varen altijd op eigen risico. Niettemin berust bij het bestuur de verantwoordelijkheid die maatregelen te (doen laten) treffen om risico's redelijkerwijs te verminderen. Bij het bevaren van water van klasse III en hoger varen leden geheel op eigen risico. Niettemin wil het bestuur zich maximaal inspannen haar leden maximaal te informeren over deze risico's en maatregelen om de risico's te kunnen beheersen.

### Doel van dit document

Het doel van dit document is:

- Leden van Njord en introducees en vaarleiders zich bewust te maken van hun verantwoordelijkheden in relatie tot veiligheid bewaken en risico's bij vaartochten van Njord
- Voorkomen dat het Njord bestuur aansprakelijk wordt gesteld voor activiteiten bij het varen op wildwaterklasse III en hoger.

### Leeswijzer

Het document geeft een veiligheidsinstructie per doelgroep. De doelgroepen zijn:

- Wildwatervaarders, dit betreft vaarders op rivieren en beken met snelstromend water en hindernissen;
- Zee- en brandingvaarders, dit betreft vaarders op zeearmen (bijvoorbeeld in Zeeland), Noordzee, Waddenzee;
- Groot-water-vaarders, dit betreft grote watervlakten en rivieren of kanalen met scheepvaart met golfslag;
- Vlakwatervaarders, dit betreft beken, kleine rivieren of kanalen zonder scheepvaart, sloten, kleine watervlakten.

### Begrippenlijst specifiek voor dit document:

- Vaarder(s): mensen die een kano, kayak, Canadees, topoduo of anderszins bevaarbare boot onder naam van Njord bevaren
- Deelnemers: mensen die deelnemen aan een activiteit van Njord
- Introducees: niet-leden van Njord die deelnemen aan een activiteit van Njord
- Vaarleiders: leden van Njord die de leiding hebben bij een activiteit van Njord
- Incident: gebeurtenis waarbij sprake is van schade (financieel) en/of letsel.





## Wildwatervaarders

### Verantwoordelijkheid vaarleider

Het varen vanaf WW3 geschiedt alleen op basis van collegiaal meevaren. Vaartochten WW1 en WW2 worden door minimaal één vaarleider begeleid. De vaarleider zorgt zo goed mogelijk voor onderstaande punten:

- Zorgen voor kaartmateriaal en leest rivier/tochtbeschrijvingen via boeken, websites, google earth en dergelijke
- Achterhalen waterklasse en informeren naar waterstanden (huidig en verwachte waterklasse), weersvoorspelling (bij onweer niet het water op), situatie en hindernissen ter plekke
- Checken van speciale vaarregels
- Tijd plannen, inschatten van doorlooptijd met pendelen, varen en pendelen
- Aankondigen  
Bij de aankondigingen van de tocht altijd vermelden of het voor beginners of gevorderden is. Hierbij geeft Njord altijd de WW klasse aan als indicatie voor de moeilijkheidsgraad waar de deelnemer mee te maken kan krijgen. Deze WW aanduiding helpt de deelnemer de risico's in te schatten. Hiervoor wordt dit WW klasse uit bijlage 1 gebruikt.
- Vaardigheid van deelnemers aan de tocht in ogenschouw nemen. Een vaarleider kan iemand van deelname aan een tocht altijd uitsluiten wanneer deze:
  - aantoonbaar ontoereikende ervaring of conditie heeft om mee te kunnen doen. Indien een (potentiele) deelnemer twijfelt aan (verdere) deelname dan mag de vaarleider de deelnemer niet aanmoedigen wanneer het varen net boven zijn/haar kunnen lijkt te zijn.
  - ontoereikende uitrusting heeft,
  - de aanwijzingen niet opvolgt.
- Veiligheidsmaterialen meenemen zoals:
  - EHBO  
EHBO set gaat mee in een waterdichte zak inclusief een grote plastic zak/thermodeken/sheet waar een vaarder met onderkoelingsverschijnselen in kan worden geïsoleerd
  - Noodtelefoon en noodnummer,
  - Deelbare peddel
  - Werplijn/sleeplijn
  - Cowtail
  - Lossend oog  
Heb je een werplijn of cowtail, zorg dan voor een lossend oog (dat bij grote kracht breekt en je lost)  
Eventueel (bv voor boot; materieel bergen recovery and equipment retrieval): slings, prussic touwtjes, pully, mes, lensdop/ontwaterdopje voor boot, ducktape.
- Een vaartraject altijd op het laatste moment in ogenschouw nemen.
- Risicoverklaringen verzamelen:  
Njord organiseert tochten voor haar leden en accepteert ook dat introducees

meegaan. Introducees moeten een verklaring ondertekenen waaruit blijkt dat ze zicht bewust zijn van hun eigen risico bij deelname<sup>1</sup>.

- Informeren van deelnemer over tocht, rivierverloop, gevaarlijke/kenmerkende punten en eventuele speciale vaarregels.
- Afspreken:
  - signalen en gebaren
  - voorste/achterste vaarder
  - visser
- Communicatie afstemmen op groepsgrootte  
Wanneer in een groep gevaren wordt, is het zaak de groep niet te groot te maken omdat dan de voorste en achterste elkaar niet kunnen horen en de vaarleider(s) dat veld niet meer kunnen overzien. Het is dan zaak dat de vaarleider(s) de groep splitst.

### **Verantwoordelijkheid deelnemer**

Meedoen aan een verenigingsactiviteit van de Lochemse Kanovereniging Njord is op eigen risico. Dit maakt onderdeel uit van het de ondertekening van het aanmeldingsformulier voor het lidmaatschap. Introducees tekenen voor deelname.

Voor de deelname aan tochten gelden de volgende richtlijnen:

- Ervaring en vaardigheden.  
Ervaring, dat kun je alleen opbouwen door het te doen, niet in je eentje maar met deskundige begeleiding en/of instructeurs. Taxeer dus altijd je eigen ervaring, bedenk wie jouw referentie zou zijn en vraag de vaarleiders wat zij denken. Twifelen zij, dan geldt: Niet doen. Twijfel jij, overleg dan met de vaarleider. Je groeit alleen en vergaart ervaring door het te doen en elke keer een stapje verder te gaan. Maar dat wil niet zeggen dat je over de veiligheidsgrens heen moet gaan. Stoppen of omlopen is geen schande maar wijsheid.
- Communicatie op en langs het water  
Bij wildwater gelden visuele gebaren als communicatiemiddel. Zorg dat je de basis gebaren kent en ook kan toepassen.
- De vaarleider beslist  
In alle gevallen geldt dat de vaarleider beslist. Beter achteraf diepgaand besproken dan ter plekke gebroken. Je bent immers wel afhankelijk van elkaar.
- Nooit alleen varen  
Alleen varen bij een Njord activiteit voor wildwatervaren is verboden. Je kunt dan namelijk bij niemand terecht voor hulp.
- Collegiaal varen  
Het varen geschiedt op basis van collegiaal meevaren. De vaarder neemt deel in een groep van vaargenoten en heeft ondanks de aanwezigheid van vaar(bege)leiders bij wildwatervaren tot en met WW2 voortdurend de plicht om als weldenkend persoon zelf de risico's en persoonlijke veiligheid te beoordelen. Deelnemers worden gezien hun ervaring geacht elkaar op hun veiligheid aan te

---

<sup>1</sup> Ondertekenen van formulier introducees

spreken en voor elkaar te zorgen. Een deelnemer is verplicht die hulp aan anderen te bieden die redelijkerwijs van je gevraagd kan worden. De groepsleden zorgen voor elkaar binnen de grenzen van het redelijke. Zo vervalt de zorgplicht bijvoorbeeld wanneer je daardoor je eigen leven onverantwoord in gevaar zou brengen. Roekeloos gedrag van anderen, waarvoor zij gewaarschuwd zijn, of niet. Het collegiaal varen (als gelijken in ervaring) is een principe dat uit de bergsport komt. Ieder let op elkaar, zorgt voor elkaar, maar er zijn wel grenzen. Het artikel van jurist Elout Koorevaar geeft daarvan een goede beschrijving<sup>2</sup>.

- Bij pendelen: zorgen dat warme kleren + schoenen op uitstappunt zijn ( wind en kou bescherming, incl muts en handschoenen, voetenmatje (tuinknielegger)).

- Uitrusting

Verplicht te dragen tijdens het varen zijn:

- Zwemvest
- Helm.

Verder geldt dat de uitrusting moet zijn afgestemd zijn om met allerlei weersomstandigheden te kunnen varen. Overige tips voor de uitrusting zijn:

- Wildwaterkayak:  
Wildwaterboten hebben drijflichamen van schuim. De boot kan van drijflichamen (luchtzakken) worden voorzien die en het volume bij vollopen verkleinen, en het drijfvermogen verhogen. Een moetje voor wanneer je gaat varen. Extra grepen zijn vaak aanwezig om elkaar te kunnen helpen met de boot te keren.  
Raak je om welke reden een boot kwijt informeer dan altijd de lokale politie over het verlies. Vroeg of laat wordt het wrak of de boot gevonden en start er onnodig een reddingsoperatie. Zo is het ook wijs lokale kustbeheerders te informeren over je zeetocht om dezelfde evidente redenen. Dat betekent aanmelden en afmelden.
- Karabiner aan een lijn:  
Wildwater en zeevaarders hebben vaak een open karabiner aan een lijn waarmee een peddel geborgen en gefixeerd kan worden.
- Lossend oog  
Heb je een sleeplijn of cowtail, zorg dan voor een lossend oog (dat bij grote kracht breekt en je lost).
- Mes  
Een stevig , direct voorhanden, geborgd watervast outdoor mes siert het zwemvest van de alpine vaarders. Zij weten dat ze zich zonodig moeten kunnen lossnijden als ze in takken verstrikt raken
- Overige: neusklem; zonnebrand; zwembroek (voor kledingtips zie hierna bij risico's onderkoeling)

### **Risico's bij wildwatervaren:**

Golfslag zorgt voor extra beroering van het water en daarmee ook van de boot. Golfslag vergroot de kans op omslaan. Stroming (door groot verval van het water) zorgt ook voor beroering en dwingt de kanovaarder sneller te reageren bij het sturen. Er ontstaat in een waterloop een deel waar het water snel stroomafwaarts gaat en delen waar het water stroomopwaarts gaat. Op de scheiding van deze twee waterstromen

---

<sup>2</sup> Elout Koorevaal – Recht in bersport, Hoogtelijn nr4van2010

kunnen kanovaarders onverwachts met draaiing van de boot te maken krijgen met extra kans op omslaan. Volume (de hoeveelheid water die per tijdseenheid door de waterloop gaat) versnelt het water en vergroot de moeilijkheidsgraad bij het passeren van hindernissen in de waterloop. Je bent er gewoon sneller en als je niet adequaat handelt, nemen de consequenties ook in omvang toe.

Omslaan veroorzaakt de grootste kans op letsel. Je kunt namelijk je hoofd of lijf stoten, niet gemakkelijk uit de boot kunnen komen, en /of bij het zwemmen erna letsel oplopen door stoten tegen rotsen en/of scherpe voorwerpen. In de meeste gevallen spoelt de rivier je gewoon verder en kun je wel ergens aan wal. Maar dat is niet altijd het geval. Neem goede voorzorgmaatregelen om op een goede manier met deze risico's om te gaan:

1. Zorg dat je altijd het water leest en ga zo nodig tijdig aan de wal en verken de passage
2. Vaar nimmer over stuwen heen waarvan je de terugloop niet kent. Voor je het weet wordt je teruggezogen en kom je er niet meer weg.
3. Loop liever om dan dat je je risico neemt
4. Kijk of je wel vanuit het water aan wal kunt. Er zijn soms hoge wanden en geen trappen.
5. Pak je niet vast terwijl je in de boot zit aan een tak, want als de boot in de stroming blijft, ga je zeker zwemmen.
6. Als je toch moet gaan zwemmen, benen naar voren en billen omhoog. Zo kun je botsingen opvangen met je knieën



Verder geldt:

7. Vaar niet 's nachts of 's avonds laat als je geen verlichting hebt
8. Ga bij onweer direct van het water af vanwege het gevaar van inslag- en elektrocutie
9. Onderkoeling  
Sneeuw, vorst, maar ook gure omstandigheden (afkoeling door combinatie van wind, kou, vocht) (windchillfactor) vragen om speciale kleding, kennis van onderkoeling en extra zorg. Het is de combinatie van tijdsduur, uitrusting en de tijd die verstrijkt totdat men het weer warm kan krijgen die maakt hoe groot de risico's op onderkoeling worden. Njords wildwatertochten vinden ook in hoog-, laag en middelgebergte en alpine gebieden respectievelijk in de winter plaats. Uiteraard is gepaste thermokleding, anorak, extra neopreen sokken, neopreen hoofdkap, dikkere neopreenwetsuits (min 4 mm) en/of droogpakken hierbij noodzakelijk. De vaarleiders weten hier meer over.

*Tip: Een van de beste manieren om risico's bij wildwatervaren te verminderen is om te leren eskimoteren.*

## Zee- en brandingvaarders

### Taken vaarleider

Zeevaartochten van Njord vinden plaats onder begeleiding van minimaal twee vaarleiders. De vaarleider zorgt zo goed mogelijk voor onderstaande punten:

- Zorgen voor kaartmateriaal en leest rivier/tochtbeschrijvingen via boeken, websites, google earth en dergelijke
- Achterhalen stromingen, getijden windrichting onder andere via de getijdenkalender en weersvoorspelling (bij onweer niet het water op), situatie en hindernissen ter plekke
- Checken van speciale vaarregels
- Tijd plannen
- Aankondigen  
Bij de aankondigingen van de tocht altijd vermelden of het voor beginners of gevorderden is.
- Vaardigheid van deelnemers aan de tocht in ogenschouw nemen. Een vaarleider kan iemand van deelname aan een tocht altijd uitsluiten wanneer deze:
  - aantoonbaar ontoereikende ervaring of conditie heeft om mee te kunnen doen. Indien een (potentiele) deelnemer twijfelt aan (verdere) deelname dan mag de vaarleider de deelnemer niet aanmoedigen wanneer het varen net boven zijn/haar kunnen lijkt te zijn.
  - ontoereikende uitrusting heeft,
  - de aanwijzingen niet opvolgt.
- Veiligheidsmaterialen meenemen zoals:
  - EHBO  
EHBO set gaat mee in een waterdichte zak inclusief een grote plastic zak/thermodeken/sheet waar een deelnemer met onderkoelingsverschijnselen in kan worden geïsoleerd
  - Noodtelefoon en noodnummer (droog opgeborgen),
  - Deelbare peddel
  - Sleeplijn
  - Ducktape.
- Het weerbericht ook in relatie tot stromingswijzigingen van het vaartraject op het laatste moment in ogenschouw nemen.
- Risicoverklaringen verzamelen:  
Njord organiseert tochten voor haar leden en accepteert ook dat introducees meegaan. Introducees moeten een verklaring ondertekenen waaruit blijkt dat ze zicht bewust zijn van hun eigen risico bij deelname<sup>3</sup>.
- Informeren van deelnemer over tocht, verloop, gevaarlijke/kenmerkende punten en eventuele speciale vaarregels.
- Afspreken:

---

<sup>3</sup> Ondertekenen van formulier introducees

- signalen en gebaren
- voorste/achterste vaarder
- Communicatie afstemmen op groeps grootte  
Wanneer in een groep gevaren wordt, is het zaak de groep niet te groot te maken omdat dan de voorste en achterste elkaar niet kunnen horen en de vaarleider(s) dat veld niet meer kunnen overzien. Het is dan zaak dat de vaarleider(s) de groep splitst.
- Kayak: zorg dat de deelnemer goed in zijn kayak past
- Spatzeil: zorg voor de goede maat bij de kayak.

### **Verantwoordelijkheid deelnemer**

Meedoen aan een verenigingsactiviteit van de Lochemse Kanovereniging Njord is op eigen risico. Dit maakt onderdeel uit van het de ondertekening van het aanmeldingsformulier voor het lidmaatschap. Introducees tekenen voor deelname.

Voor de deelname aan tochten gelden de volgende richtlijnen:

- Ervaring en vaardigheden.  
Ervaring, dat kun je alleen opbouwen door het te doen, niet in je eentje maar met deskundige begeleiding en/of instructeurs. Taxeer dus altijd je eigen ervaring, bedenk wie jouw referentie zou zijn en vraag de vaarleiders wat zij denken. Twijfelen zij, dan geldt: Niet doen. Twijfel jij, dan zal een vaarleider je niet (mogen) aanmoedigen wanneer het varen net boven je kunnen lijkt te zijn. Tegelijk, groei je alleen en vergaart ervaring door het te doen en elke keer een stapje verder te gaan. Maar dat wil niet zeggen dat je over de veiligheidsgrens heen moet gaan. Stoppen is geen schande maar wijsheid.
- Communicatie op en langs het water  
Bij zee- en brandingvaren gelden signalen en visuele gebaren als communicatiemiddel. Zorg dat je de basis gebaren kent en ook kan toepassen.
- De vaarleider beslist  
In alle gevallen geldt dat de vaarleider beslist. Beter achteraf diepgaand besproken dan ter plekke gebroken. Je bent immers wel afhankelijk van elkaar.
- Nooit alleen varen  
Alleen varen bij een Njord activiteit voor zee- en brandingvaren is verboden. Je kunt dan namelijk bij niemand terecht voor hulp.
- Collegiaal varen  
Het varen geschiedt op basis van collegiaal meevaren. De vaarder neemt deel in een groep van vaargenoten en heeft ondanks de aanwezigheid van vaar(bege)leiders voortdurend de plicht om als weldenkend persoon zelf de risico's en persoonlijke veiligheid te beoordelen. Deelnemers worden gezien hun ervaring geacht elkaar op hun veiligheid aan te spreken en voor elkaar te zorgen. Een deelnemer is verplicht die hulp aan anderen te bieden die redelijkerwijs van je gevraagd kan worden. De groepsleden zorgen voor elkaar binnen de grenzen van het redelijke. Zo vervalt de zorgplicht bijvoorbeeld wanneer je daardoor je eigen leven onverantwoord in gevaar zou brengen. Roekeloos gedrag van anderen, waarvoor zij gewaarschuwd zijn, of niet. Het collegiaal varen (als gelijken in



ervaring) is een principe dat uit de bergsport komt. Ieder let op elkaar, zorgt voor elkaar, maar er zijn wel grenzen. Het artikel van jurist Elout Koorevaar geeft daarvan een goede beschrijving<sup>2</sup>.

- Uitrusting

Verplicht te dragen tijdens het varen is:

- Zwemvest: goed passend zwemvest inclusief fluitje.

Verder geldt dat de uitrusting moet zijn afgestemd zijn om met allerlei weersomstandigheden te kunnen varen. Overige tips voor de uitrusting zijn:

- Zeekayaks hebben in de regel drie compartimenten, die onderling van elkaar af te sluiten zijn, waarmee luchtkamers ontstaan.

- Wildwaterkayak:

Wildwaterboten (=geschikt voor brandingvaren) hebben drijflichamen van schuim. Extra grepen zijn aanwezig om elkaar te kunnen helpen met de boot te keren.

Beide type boten kunnen uitgerust worden met drijflichamen (luchtzakken) die en het volume bij vollopen verkleinen, en het drijfvermogen verhogen. Een moetje voor wanneer je gaat varen.

Bij trektochten laad je het gewicht niet hoog op voor en achterdek, want daarmee neemt de stabiliteit snel af. Houd een en ander laag en je blijft nog steeds te kunnen eskimoteren.

- Zeevaarders hebben vaak een open karabiner aan een lijn waarmee een peddel geborgen en gefixeerd kan worden
- Overige: neusklem; zonnebrand; zwembroek (voor kleding zie hierna bij risico's onderkoeling).

### **Risico's bij zee- en brandingvaren:**

1. Bij onweer ga je direct van het water af vanwege het gevaar van inslag- en elektrocutie
2. Golfslag zorgt voor extra beroering van het water en daarmee ook van de boot. Ben je niet gewend om met golfslag om te gaan, dan bestaat de kans op omslaan.
3. Op zee (en zeker in de Waddenzee) hebben eb en vloed een enorm effect op de onderstroom en kan een getijde stroom je gemakkelijk buitengaats voeren.
4. Toename van wind vergroot de risico's sterk. In de regel is varen tot en met windkracht 4, wanneer de risico's goed ingeschat worden, zonder veel problemen te doen. Vanaf windkracht 5 ontstaan extra hoge golven en grote stromingen die het navigeren bemoeilijken, veel uithoudingsvermogen en spierkracht vergen. Ook moet de uitrusting afgestemd zijn om dergelijke weersomstandigheden.
5. Omslaan tot uitputting of onderkoeling leiden.
6. Onderkoeling  
Gure omstandigheden (afkoeling door combinatie van wind, kou, vocht) (windchillfactor) vragen om speciale kleding, kennis van onderkoeling en extra zorg. Het is de combinatie van tijdsduur, uitrusting en de tijd die verstrijkt totdat men het weer warm kan krijgen die maakt hoe groot de risico's op onderkoeling worden. Uiteraard is gepaste thermokleding, anorak, extra neopreen sokken,



neopreen hoofdkap, dikkere neopreenwetsuits (min 4 mm) en/of droogpakken hierbij noodzakelijk. De vaarleiders weten hier meer over.

7. Vaar niet 's nachts of 's avonds laat als je geen verlichting hebt
8. Pas op met brandingvaren, wanneer de laatste golven hoog zijn bestaat het risico van op je punt aanlanden. Je slaat dan over de kop en komt ongewild hard en onprettig neer. Het is zaak dan beheerst aan te landen.

## Groot-water-vaarders

### Taken vaarleider

Groot water tochten van Njord vinden plaats onder begeleiding van minimaal twee vaarleiders. De vaarleider zorgt zo goed mogelijk voor onderstaande punten:

- Zorgen voor kaartmateriaal en tochtbeschrijvingen via boeken, websites, google earth en dergelijke
- Achterhalen windrichting, weersvoorspelling (bij onweer niet het water op, windkracht), situatie en hindernissen ter plekke
- Checken van speciale vaarregels
- Tijd plannen, inschatten van doorlooptijd met pendelen, varen en pendelen
- Aankondigen  
Bij de aankondigingen van de tocht altijd vermelden of het voor beginners of gevorderden is. Tevens staat hiern de vaaromstandigheden (lengte tocht, grootte water, aanwezigheid scheepvaart e.d.) en verplichte uitrusting
- Vaardigheid van deelnemers aan de tocht in ogenschouw nemen. Een vaarleider kan iemand van deelname aan een tocht altijd uitsluiten wanneer deze:
  - aantoonbaar ontoereikende ervaring of conditie heeft om mee te kunnen doen. Indien een (potentiele) deelnemer twijfelt aan (verdere) deelname dan mag de vaarleider de deelnemer niet aanmoedigen wanneer het varen net boven zijn/haar kunnen lijkt te zijn.
  - ontoereikende uitrusting heeft,
  - de aanwijzingen niet opvolgt.
- Veiligheidsmaterialen meenemen zoals:
  - EHBO  
EHBO set gaat mee in een waterdichte zak inclusief een grote plastic zak/thermodeken/sheet waar een deelnemer met onderkoelingsverschijnselen in kan worden geïsoleerd
  - Noodtelefoon en noodnummer (droog opgeborgen),
  - Deelbare peddel
  - Sleeplijn
  - Ducktape.
- Het weerbericht ook in relatie tot het vaartraject altijd op het laatste moment in ogenschouw nemen.
- Risicoverklaringen verzamelen:  
Njord organiseert tochten voor haar leden en accepteert ook dat introducees meegaan. Introducees moeten een verklaring ondertekenen waaruit blijkt dat ze zicht bewust zijn van hun eigen risico bij deelname<sup>3</sup>.
- Informeren van deelnemer over tocht, verloop, kenmerkende punten en eventuele speciale vaarregels.
- Afspreken:
  - signalen en gebaren
  - voorste/achterste vaarder

- Communicatie afstemmen op groeps grootte  
Wanneer in een groep gevaren wordt, is het zaak de groep niet te groot te maken omdat dan de voorste en achterste elkaar niet kunnen horen en de vaarleider(s) dat veld niet meer kunnen overzien. Het is dan zaak dat de vaarleider(s) de groep splitst.

### **Verantwoordelijkheid deelnemer**

Meedoen aan een verenigingsactiviteit van de Lochemse Kanovereniging Njord is op eigen risico. Dit maakt onderdeel uit van het de ondertekening van het aanmeldingsformulier voor het lidmaatschap. Introducees tekenen voor deelname.

Voor de deelname aan tochten gelden de volgende richtlijnen:

- Ervaring en vaardigheden.  
Ervaring, dat kun je alleen opbouwen door het te doen, niet in je eentje maar met deskundige begeleiding en/of instructeurs. Taxeer dus altijd je eigen ervaring, bedenk wie jouw referentie zou zijn en vraag de vaarleiders wat zij denken. Twijfelen zij, dan geldt: Niet doen. Twijfel jij, dan zal een vaarleider je niet (mogen) aanmoedigen wanneer het varen net boven je kunnen lijkt te zijn. Tegelijk, groei je alleen en vergaart ervaring door het te doen en elke keer een stapje verder te gaan. Maar dat wil niet zeggen dat je over de veiligheidsgrens heen moet gaan. Stoppen is geen schande maar wijsheid.
- De vaarleider beslist  
In alle gevallen geldt dat de vaarleider beslist. Beter achteraf diepgaand besproken dan ter plekke gebroken. Je bent immers wel afhankelijk van elkaar.
- Nooit alleen varen  
Alleen varen bij een Njord activiteit is verboden. Je kunt dan namelijk bij niemand terecht voor hulp.
- Collegiaal varen  
Het varen geschiedt op basis van collegiaal meevaren. De vaarder neemt deel in een groep van vaargenoten en heeft ondanks de aanwezigheid van vaar(bege)leiders voortdurend de plicht om als weldenkend persoon zelf de risico's en persoonlijke veiligheid te beoordelen. Deelnemers worden gezien hun ervaring geacht elkaar op hun veiligheid aan te spreken en voor elkaar te zorgen. Een deelnemer is verplicht die hulp aan anderen te bieden die redelijkerwijs van je gevraagd kan worden. De groepsleden zorgen voor elkaar binnen de grenzen van het redelijke. Zo vervalt de zorgplicht bijvoorbeeld wanneer je daardoor je eigen leven onverantwoord in gevaar zou brengen. Roekeloos gedrag van anderen, waarvoor zij gewaarschuwd zijn, of niet. Het collegiaal varen (als gelijken in ervaring) is een principe dat uit de bergsport komt. Ieder let op elkaar, zorgt voor elkaar, maar er zijn wel grenzen. Het artikel van jurist Elout Koorevaar geeft daarvan een goede beschrijving<sup>2</sup>.
- Uitrusting  
Verplicht te dragen tijdens het varen is:
  - Zwemvest: goed passend zwemvest inclusief fluitje.Verder geldt dat de uitrusting moet zijn afgestemd zijn om met allerlei weersomstandigheden te kunnen varen. Overige tips voor de uitrusting zijn:



- Vlakwaterkayaks hebben in de regel drie compartimenten, die onderling van elkaar af te sluiten zijn, waarmee luchtkamers ontstaan.  
De kayak kan worden uitgerust met drijflichamen (luchtzakken) die en het volume bij vollopen verkleinen, en het drijfvermogen verhogen. Een moetje voor wanneer je gaat varen.  
Bij trektochten laad je het gewicht niet hoog op voor en achterdek, want daarmee neemt de stabiliteit snel af. Houd een en ander laag en je blijft nog steeds te kunnen eskimoteren.
- Overige: neusklem; zonnebrand; zwembroek (voor kleding zie hierna bij risico's onderkoeling).

### **Risico's bij groot water varen:**

1. Bij onweer ga je direct van het water af vanwege het gevaar van inslag- en elektrocutie
2. Golfslag (door schepen of wind) zorgt voor extra beroering van het water en daarmee ook van de boot. Ben je niet gewend om met golfslag om te gaan, dan bestaat de kans op omslaan.
3. Toename van wind vergroot de risico's sterk. In de regel is varen tot en met windkracht 4, wanneer de risico's goed ingeschat worden, zonder veel problemen te doen. Vanaf windkracht 5 ontstaan extra hoge golven en grote stromingen die het navigeren bemoeilijken, veel uithoudingsvermogen en spierkracht vergen. Ook moet de uitrusting afgestemd zijn om dergelijke weersomstandigheden.
4. Omslaan tot uitputting of onderkoeling leiden.
5. Onderkoeling  
Gure omstandigheden (afkoeling door combinatie van wind, kou, vocht) (windchillfactor) vragen om speciale kleding, kennis van onderkoeling en extra zorg. Het is de combinatie van tijdsduur, uitrusting en de tijd die verstrijkt totdat men het weer warm kan krijgen die maakt hoe groot de risico's op onderkoeling worden. Uiteraard is gepaste thermokleding, anorak, extra neopreen sokken, neopreen hoofdkap, dikkere neopreenwetsuits (min 4 mm) en/of droogpakken hierbij noodzakelijk. De vaarleiders weten hier meer over.
6. Vaar niet 's nachts of 's avonds laat als je geen verlichting hebt

## Vlakwatervaarders

### Taken vaarleider

De vaarleider zorgt zo goed mogelijk voor onderstaande punten:

- Zorgen voor kaartmateriaal en tochtbeschrijvingen via boeken, websites, google earth en dergelijke
- Achterhalen weersvoorspelling (bij onweer niet het water op), situatie en hindernissen ter plekke
- Checken van speciale vaarregels
- Tijd plannen, inschatten van doorlooptijd met pendelen, varen en pendelen
- Aankondigen  
Het verzorgen van de aankondiging. Hierin staat de vaaromstandigheden (lengte tocht, grootte water, aanwezigheid scheepvaart e.d.) en verplichte uitrusting
- Vaardigheid van deelnemers aan de tocht in ogenschouw nemen. Een vaarleider kan iemand van deelname aan een tocht altijd uitsluiten wanneer deze:
  - aantoonbaar ontoereikende ervaring of conditie heeft om mee te kunnen doen. Indien een (potentiele) deelnemer twijfelt aan (verdere) deelname dan mag de vaarleider de deelnemer niet aanmoedigen wanneer het varen net boven zijn/haar kunnen lijkt te zijn.
  - ontoereikende uitrusting heeft,
  - de aanwijzingen niet opvolgt.
- Noteren van de deelnemers in het logboek
- Veiligheidsmaterialen meenemen zoals:
  - EHBO  
EHBO set gaat mee in een waterdichte zak inclusief een grote plastic zak/thermodeken/sheet waar een deelnemer met onderkoelingsverschijnselen in kan worden geïsoleerd
  - Noodtelefoon en noodnummer (droog opgeborgen),
  - Sleeplijn
  - Ducktape.
- Het weerbericht op het laatste moment in ogenschouw nemen.
- Risicoverklaringen verzamelen:  
Njord organiseert tochten voor haar leden en accepteert ook dat introducees meegaan. Introducees moeten een verklaring ondertekenen waaruit blijkt dat ze zicht bewust zijn van hun eigen risico bij deelname<sup>4</sup>.
- Informeren van deelnemer over tocht, verloop, kenmerkende punten en eventuele speciale vaarregels.
- Afspreken wie voorste/achterste vaarder is
- Communicatie afstemmen op groepsgrootte  
Wanneer in een groep gevaren wordt, is het zaak de groep niet te groot te maken

---

<sup>4</sup> Eigen risico verklaring introducees



omdat dan de voorste en achterste elkaar niet kunnen horen en de vaarleider(s) dat veld niet meer kunnen overzien. Het is dan zaak dat de vaarleider(s) de groep splitst.

### **Verantwoordelijkheid deelnemer**

Meedoen aan een verenigingsactiviteit van de Lochemse Kanovereniging Njord is op eigen risico. Dit maakt onderdeel uit van het de ondertekening van het aanmeldingsformulier voor het lidmaatschap. Introducees tekenen voor deelname.

Vlakwatertochten van Njord vinden plaats onder begeleiding van vaarleiders. Voor de deelnemers gelden hierbij de volgende richtlijnen:

- **Ervaring en vaardigheden.**  
Ervaring, dat kun je alleen opbouwen door het te doen, niet in je eentje maar met deskundige begeleiding en/of instructeurs. Taxeer dus altijd je eigen ervaring, bedenk wie jouw referentie zou zijn en vraag de vaarleiders wat zij denken. Twifelen zij, dan geldt: Niet doen. Twijfel jij, dan zal een vaarleider je niet (mogen) aanmoedigen wanneer het varen net boven je kunnen lijkt te zijn. Tegelijk, groei je alleen en vergaart ervaring door het te doen en elke keer een stapje verder te gaan. Maar dat wil niet zeggen dat je over de veiligheidsgrens heen moet gaan. Stoppen is geen schande maar wijsheid.
- **De vaarleider beslist**  
In alle gevallen geldt dat de vaarleider beslist. Beter achteraf diepgaand besproken dan ter plekke gebroken. Je bent immers wel afhankelijk van elkaar.
- **Nooit alleen varen**  
Alleen varen bij een Njord activiteit is verboden. Je kunt dan namelijk bij niemand terecht voor hulp.

#### **Collegiaal varen**

Het varen geschiedt op basis van collegiaal meevaren. De vaarder neemt deel in een groep van vaargenoten en heeft ondanks de aanwezigheid van vaarleiders voortdurend de plicht om als weldenkend persoon zelf de risico's en persoonlijke veiligheid te beoordelen. Deelnemers worden gezien hun ervaring geacht elkaar op hun veiligheid aan te spreken en voor elkaar te zorgen. Een deelnemer is verplicht die hulp aan anderen te bieden die redelijkerwijs van je gevraagd kan worden. De groepsleden zorgen voor elkaar binnen de grenzen van het redelijke. Zo vervalt de zorgplicht bijvoorbeeld wanneer je daardoor je eigen leven onverantwoord in gevaar zou brengen. Roekeloos gedrag van anderen, waarvoor zij gewaarschuwd zijn, of niet.

#### **Risico's bij vlak water varen:**

1. Bij onweer ga je direct van het water af vanwege het gevaar van inslag- en elektrocutie
2. Vaar niet 's nachts of 's avonds laat als je geen verlichting hebt

## Bijlage 1 – Wildwater classificatie

Er zijn verschillende classificaties in gebruik om de moeilijkheid van een riviertraject te beschrijven. Het meest gebruikt is de methode in 6 klassen (I - VI) aangevuld met eventueel een plus of min. Een X wordt gebruikt om een onbevaarbare passage aan te geven.

	<b>Typering</b>	<b>Omschrijving</b>
WW 1	Makkelijk	Stromend water met af en toe een kleine stroomversnelling. Weinig tot geen obstakels
WW 2	Gemiddeld	Kleine stroomversnellingen met regelmatige golven. Enig manoeuvreren soms vereist, maar makkelijk te overzien.
WW 3	Moeilijker	Stroomversnellingen met onregelmatige golven en gevaren die vermeden dienen te worden. Manoeuvreren is moeilijker, maar de te varen route is meestal duidelijk te zien. Het vooraf verkennen van een stroomversnelling vanaf de kant is soms nodig
WW 4	Redelijk Moeilijk	Lange stroomversnellingen die zorgvuldig manoeuvreren vereisen. Te vermijden gevaarlijke situaties. Verkennen vooraleer je kunt varen is vaak nodig en reddingsacties zijn lastig.. Kajakkers moeten de eskimo-rol beheersen. Turbulent water en grote onregelmatige golven waar ook rafts in kunnen omgaan. Als er iets misgaat bestaat er een aanzienlijke kans op beschadiging of verlies van materiaal en blessures
WW 5	Extreem moeilijk	Lange en zeer heftige stroomversnellingen met meerder gevaarlijke situaties. Onafgebroken krachtig en onoverzichtelijke passages maken het moeilijke een goede route te vinden, het is essentieel alles te verkennen vanaf de kant. Zeer precies kunnen manoeuvreren is absoluut vereist en het eskimoteren dient voor 100% beheerst te worden. Reddingen zijn heel moeilijk, zo niet onmogelijk; als het misgaat kan er een reëel levensgevaar zijn.
WW 6	Vrijwel onmogelijk	Moeilijkheden van klasse V die vrijwel onmogelijk te bevaren zijn door de manier waarop ze elkaar opvolgen. Eventueel alleen mogelijk te bevaren door een team van wildwater experts, bij de juiste waterstand, bij gunstige omstandigheden met alle mogelijke veiligheidsmaatregelen; Ondanks dat alles blijft er toch nog steeds een aanzienlijk levensgevaar.



## Bijlage 2: Algemene gedragscode voor watersporters

De watersportbond WSB heeft een aantal spelregels bij het varen op een rij gezet (zie ook: <http://www.lkv-njord.nl/downloads/Algemene%20Gedragscode%20voor%20de%20Watersporter.pdf>)



### Algemene Gedragscode voor de Watersporter

#### **Inleiding**

Een enquête onder de leden van het Nederlands Platform voor Waterrecreatie (NPvW) heeft uitgewezen dat het gedrag van sommige waterrecreanten grote ergernis geeft. Om te voorkomen dat dit tot strengere wet- en/of regelgeving leidt, hebben wij deze Algemene Gedragscode voor de Watersporter opgesteld, met daarbij de gedachte: "Wie de schoen past, trekt hem aan". Het NPvW is van mening dat u mede watergebruikers kan en mag wijzen op het naleven van deze gedragscode, tenzij uw eigen veiligheid daardoor in gevaar komt.

#### **Veiligheid**

Goed Zeemanschap is de grondregel; als het niet kan zoals het moet, dan moet het maar zoals het kan.

- Denk altijd aan uw snelheid en houd voldoende afstand.
- Ken de uitwijkregels en reageer dus tijdig; óók bij het zien van een A-vlag (duikers te water!).
- Besteed onder alle omstandigheden aandacht aan uw eigen zichtbaarheid en uitzicht. (*beperkt zicht / dode hoek*).
- Wees voorzichtig met alcohol, hanteer dezelfde regels als in het wegverkeer.
- Onderken zowel de vaardigheden als de beperkingen van uw opvarenden, *in het bijzonder bij slechte weer- en/of vaarcondities*.
- Gasten aan boord altijd voorlichten over veiligheid: *wijs op plaats en gebruik van EHBO-kist, noodsignalen, reddingsvesten, brandblusmiddelen en communicatiemiddelen. Waarschuw voor onder spanning staande trossen en/of lijnen*.
- Luister regelmatig naar alle beschikbare weerberichten en handel hiernaar.
- Stop alle mechanische voortstuwingsmiddelen wanneer u afgemeerd ligt in een sluis.

#### **Wellevendheid**

Bied hulp in geval van nood!

- Maak geen onnodig lawaai zoals *luidruchtige conversaties, te hard staande radio's*.
- *Wijs uw eigen bemanning niet luidruchtig terecht; geluid draagt ver op het water!*
- Sta andere schepen toe langsij te komen; *loop over het voordek van uw buurman om aan de wal te komen, tenzij anders is overeengekomen. Neem andermans trossen aan bij het afmeren, ook al komt men niet bij u langsij*.
- Denk aan uw snelheid en pas deze aan de omstandigheden van het vaarwater aan; *te hoge snelheid ontsiert iedere manoeuvre, zoals bij aan- en ontmeren in havens en uitvaren van sluisen. Tevens veroorzaakt een te hoge hekgolf grote overlast aan (wal)vissers, kleinere schepen, kano's en zwemmers. Ook beschoeiing en natuur hebben daaronder te lijden*.
- Zorg voor correcte vlagvoering; *natievlag neerhalen bij zonsondergang!*

#### **Uitrusting**

- Draag een reddingsvest, dit geldt zeker voor kinderen. *Zet kleine kinderen aan boord zo mogelijk aan een lijn*.
- Luister voortdurend uit op uw marifoon; op de doorgaande hoofdvaarwegen altijd op het voorgeschreven/aangegeven kanaal! Zend indien noodzakelijk, kort en bondig.
- Laat uw noodsignalen, EHBO-middelen en brandbestrijdingsapparatuur regelmatig keuren!
- Zorg er voor geldende vaarreglementen (BPR) aan boord te hebben.
- Check voor vertrek altijd uw navigatie instrumenten en -verlichting.
- Zorg voor recente kaarten van het vaargebied. Werk ze zo nodig bij.

#### **Milieu**

- Werp geen afval overboord; mede watergebruikers zijn u dankbaar.
- Loos inhoud vuilwatertank en lenswater niet op het oppervlaktewater, maar loos dit bij een afgiftepunt.
- Honden uitlaten mag aangelijk, maar ruim de uitwerpselen op.
- Verstoor geen dieren in natuurgebieden, betreed geen rust- of broedgebieden.