

VEILIGHEID

Voor het roeien:

- **Boot controleren, juiste dollen en riemen, hoosvat, stoeltje, bankje en kussens.**
- **Alle opvarenden voorzien van een reddingsvest en controleren of het goed zit (niet te los maar ook niet te vast).**
- **Opvarenden begeleiden van de vaste wal naar het roeivlot.**
- **Bij koude handschoenen, poggies en plaid.**
- **Voldoende helpers bij het instappen of gebruik van de lift.**
- **Neem een mobiele telefoon mee.**

Tijdens het roeien:

- **Let op overige vaartuigen.**
- **Let op wind en getijstroom, ga eerst tegen de stroom in!**
- **Houdt rekening met de krachten van de roeier en ga niet te ver.**

Als er iets gebeurt:

- **Blijf bij de boot.**
- **Bel 112 en geef ook aan waar je je bevindt.**
- **Bij hartproblemen dit doorgeven omdat er dan 2 ambulances komen.**
- **Bel daarna de roeibak: woensdagmorgen Eric op: 0651476686, woensdagmiddag Cees op 0648680937 en donderdagmiddag Maarten op 0622921435.**

Na het roeien:

- **Voldoende helpers bij het uitstappen.**
- **Zorgen dat de opvarenden het reddingsvest omhouden totdat ze weer de vaste wal hebben bereikt.**