



## Regeln zum reibungslosen Trainingsablauf und zur Benutzung der Drachenboote und Räumlichkeiten des KHTC

1. Eine Paddel-Trainingsstunde beträgt 60 Minuten, davon sind ca. 45 Minuten reine Wasserzeit. Verspätungen des Teams oder einzelner Personen gehen zu Lasten der Übungszeit, wenn Anschlusstermine anderer Teams eingeplant sind. Die Teams treffen sich ca. 15 Minuten vor Trainingsbeginn am Bootshaus des KHTC.
2. Die Steuerleute sind für Boot und Team verantwortlich. Somit ist ihren Anweisungen nicht nur Folge zu leisten, sondern diese sind zwingend **IMMER** und **OHNE** jede Diskussion sofort umzusetzen.
3. Zur Trainingseinheit gehört es grundsätzlich, unter Anleitung einer/s Steuerfrau/Steuermanns ein Boot auf geeignetem Trailer zum Fluss zu schieben, es zu Wasser zu lassen sowie dieses nach dem Training auch wieder aus dem Wasser zu holen, auf dem Trailer zum Bootshaus zu bringen und es zu reinigen. Auf dem Weg zur Ruhr immer auf Fußgänger, Radfahrer, und Begrenzungspfähle achten und Kollisionen unbedingt vermeiden.
4. Von **Oktober bis Ostern bzw. unter 12 Grad Lufttemperatur besteht Schwimmwesten-Pflicht**. Für Kinder und Jugendliche < 16 Jahren gilt die Schwimmwestenpflicht ganzjährig. Der Steuermann ist für die Einhaltung der Schwimmwestenpflicht verantwortlich. Im Zweifelsfall gilt: Besser mit Schwimmweste! Es hängen ausreichend Schwimmwesten im Clubhaus – bitte nach Gebrauch sorgfältig mit genügend Abstand zum Trocknen wieder aufhängen.



5. Wichtige Kommandos:

- a. **„Paddel voraus“** → alle Paddler gehen in die Auslage und halten ihr Paddel zum Einstechen ins Wasser bereit; auf „LOS“ oder „UND AB“ wird gepaddelt.
  - b. **„Paddel bei“** → alle Paddler hören auf zu paddeln und halten ihr Paddel über dem Wasser oder holen es ins Boot
  - c. **„Boot stoppen“** → alle Paddler halten sofort Ihr Paddel ins Wasser und paddeln u.U. auf Anweisung z.B. bei starker Strömung rückwärts
6. Alle Teilnehmer müssen in ihrer Trainingsbekleidung mindesten 100 Meter sicher schwimmen können, zudem in der körperlichen und gesundheitlichen Verfassung sein, eine sportliche Betätigung dieser Art auszuüben.
7. Im Stegbereich gilt es, sich aufgrund erhöhter Unfall- und Verletzungsgefahr äußerst diszipliniert zu verhalten. Rennen, Rempeln oder Schlindern sind verboten. Strengstens untersagt sind auch Schupsen oder Sprünge ins Wasser. Wer es missachtet wird vom Training ausgeschlossen. Der Stegbereich wird gemeinsam mit jugendlichen Kanuten des DJK benutzt. Der sichere Ein- und Ausstieg dieser Kinder hat grundsätzlich Vorrang und oberste Priorität.
8. Das Boot darf nur am hierfür vorgesehenen Einstiegssteg bestiegen und verlassen werden. Die Sitzplätze werden vom Steuermann in Absprache mit dem Team-Captain bestimmt und eingenommen. Der Ein- und Ausstieg erfolgt immer bankweise von vorne nach hinten. Aufstehen und Platzwechsel im Boot ohne Anweisung bzw. während der Fahrt, sowie das Verlassen des Bootes an einer anderen Stelle (z.B. durch einen Sprung ins Wasser) sind strengstens untersagt und führen zum Ausschluss des Paddlers vom Training.
9. Haftung für durch Fehlverhalten im Stegbereich oder im Boot verursachte Schäden oder Verletzungen wird grundsätzlich ausgeschlossen.



10. Jugendliche unter 16 Jahren dürfen nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten oder besonders autorisierter Aufsichtsperson (z.B. Lehrer) ins Boot steigen.
11. Da es keine Tresor oder Schließfächer gibt, sollte auf das Mitbringen von Wertgegenständen im eigenen Interesse verzichtet werden. Jegliche Haftungs- oder Ersatzansprüche an den KHTC sind ausgeschlossen.
12. Der Steuermann hat sich vor Trainingsbeginn über die Hochwasser- und Fließgeschwindigkeitssituation bei Ruhrverband zu informieren. In der regenreichen Saison sind Pegelstände und Fließgeschwindigkeiten zu beachten. Auskunft erteilt der Ruhrverband mit den Wasserstands- und Durchflussganglinien. Ab einer Durchflussgröße von 190 cm<sup>3</sup>/sec. oder anderweitig begründeten „roten Ampel“ ist eine Bootsfahrt untersagt.
13. Der Steuermann hat sich vor und nach der Trainingseinheit von dem tadellosen Zustand des Drachenbootes und seiner Funktionsfähigkeit zu überzeugen. Ganz besonders muss der Steuerbalken auf festen Sitz oder Beschädigungen kontrolliert werden. Schäden sind unverzüglich dem Vorstand zu melden, ggfs. Ist das Boot durch den Steuermann vorübergehend vom Trainingsbetrieb auszuschließen!
14. Wer vorsätzlich oder grob fahrlässig ein Boot zum Kentern bringt und/oder beschädigt, haftet für die mittelbar oder unmittelbar entstandenen Schäden. Denn grundsätzlich birgt das Kentern eine gewisse Verletzungsgefahr.
15. Nichtmitglieder sowie Gastpaddler sind nicht versichert und vom Teamcaptain und Steuermann darauf hinzuweisen. Auch hier sind jegliche Haftungs- oder Ersatzansprüche der Gastpaddler an den KHTC ausgeschlossen.



### **ANWEISUNG im Falle des Kenterns**

1. Ruhe bewahren !!!!
2. Beim Fall ins Wasser kümmert man sich nur um sich und ein unfallfreies Eintauchen ins Wasser, Paddel, persönliche Gegenstände etc. sind zweitrangig!
3. Jeder prüft, ob sein Sitznachbar, Vorder- und Hintermann aufgetaucht ist und ruft deren Namen.
4. Alle bleiben am Boot und warten auf Anweisung des/r Steuermannes/frau der prüfen muss, ob alle Paddler am Boot sind.
5. Das umgekippte Boot trägt auf jeden Fall – die Paddler sollten sich daran festhalten und nicht vom Boot entfernen.
6. Taucht jemand unter dem Boot auf – nur keine Panik! Unter dem Boot ist es dunkel, aber es ist Luft für etliche Stunden vorhanden. Traut man sich nicht unter dem Boot her zu tauchen, unbedingt durch Klopfen bemerkbar machen.
7. Nur auf Anweisung des/r Steuermannes/frau oder der DLRG Wasserrettung vom Boot wegschwimmen. Wenn keine Bergung durch die DLRG erfolgt, kann der/die Steuermann/frau entscheiden, mit allen Teilnehmern und dem Boot gemeinsam zum Ufer zu schwimmen.