

Regulamin i podstawy bezpieczeństwa podczas spływów kajakowych organizowanych w ramach Akcji Lato

I. Cel :

1. Zagospodarowanie czasu wolnego dzieci i młodzieży spędzającej wakacje w mieście.
2. Wyeliminowanie pokus sięgania po używki poprzez organizację aktywności fizycznej.
3. Utrwalanie nawyku sportowego trybu życia.
4. Wzmacnianie więzi w rodzinie.

II. Organizator:

Poznańskie Ośrodki Sportu i Rekreacji

Młodzieżowy Ośrodek Sportowy

ul. Gdańska 1, 61-123 Poznań

III. Trasy i terminy spływów:

- 7.07.2019 r. rz: Warta odcinek Śrem - Rogalinek, ok. 26km,
- 17.08.2019 r. rz: Piława odcinek Nadarzyce - Szwecja, ok. 20km,
- 25.08.2019 r. rz: Obra odcinek Stary Dworek – Skwierzyna, ok. 13km.

IV. Opłaty, warunki uczestnictwa:

1. Koszty spływu pokrywa Organizator zapewniając kajaki, przejazd i powrót do Poznania.
2. Organizator ustala limit miejsc podyktowany ilością kajaków (15 kajaków dwuosobowych).
3. Wycieczka kajakowa skierowana jest do dzieci i młodzieży szkolnej, dlatego udział osób pełnoletnich jest możliwy tylko w przypadku sprawowania opieki nad osobą niepełnoletnią, przy czym na jedną osobę niepełnoletnią może przepadać maksymalnie jeden dorosły opiekun.
4. W wycieczce mogą uczestniczyć osoby, u których nie występują przeciwwskazania zdrowotne do udziału w wycieczce.

V. Zgłoszenia:

1. Za zgłoszenie uznaje się dostarczoną do Organizatora podpisaną deklarację uczestnictwa w spływie.
2. Zgłoszenie uczestnictwa w spływie jest jednoznaczne z zawarciem umowy z POSiR na nieodpłatny udział w spływie.
3. Zeskanowane deklaracje można wysyłać na adres mailowy k.burdzinski@posir.poznan.pl lub przynieść do siedziby Organizatora na ul. Gdańską 1 (boisko na Śródce). Miejsca rezerwowane są według kolejności napływania zgłoszeń.
4. W przypadku wysłania deklaracji drogą mailową osoba zgłaszająca jest zobowiązana dostarczyć Organizatorowi oryginał deklaracji najpóźniej przed rozpoczęciem spływu.

VI. Obowiązki uczestnika wycieczki :

1. Zapoznanie się z zasadami regulaminu i programem wycieczki oraz bezwzględnie stosowanie się do nich.
2. Wykonywanie poleceń oraz dostosowanie się do nakazów i zakazów wydawanych przez osoby działające w imieniu Organizatora (opiekunowie, kierownik, przewodnik, kierowca).
3. Zachowywanie się w sposób kulturalny i zdyscyplinowany. **Twoje zachowanie może mieć wpływ na bezpieczeństwo innych osób!**
4. Nie oddalanie się od grupy.
5. Przestrzeganie zasad transportu zbiorowego oraz bezpieczeństwa przeciwpożarowego.
6. Informowanie opiekunów o sytuacjach niebezpiecznych mogących zagrażać życiu i zdrowiu uczestników wycieczki.
7. Zgłaszanie opiekunowi wycieczki wszelkie objawy złego samopoczucia.
8. Dostosowanie się do obowiązujących w odwiedzanych obiektach regulaminów.
9. Dbanie o czystość, ład i porządek w miejscach, w których się przebywa.
10. Kulturalne odnoszenie się do opiekunów, kolegów i innych osób.
11. Pomaganie słabszym, mniej sprawnym.
12. Bezwzględne przestrzeganie zakazu palenia papierosów, w tym elektronicznych, picia alkoholu, zażywania narkotyków oraz innych środków odurzających.

VII. Podstawy bezpieczeństwa podczas spływu kajakowego

1. Osoby niepełnoletnie mogą brać udział w spływie w towarzystwie pełnoletniego opiekuna.
2. Uczestnicy spływu biorą w nim udział na własną odpowiedzialność.
3. Uczestnik powinien stawić się w dniu rozpoczęcia spływu o wyznaczonej godzinie i miejscu.
4. Przed wypłynięciem dokonujemy właściwego **doboru osad**. Oczywiście priorytetem jest wola uczestników kto z kim chce płynąć, ale na pewno nie wsadzimy do jednego kajaka dwóch wątych dziewczynek, nie umiejących pływać, bojących się wody i będących pierwszy raz na spływie. Załogi dobieramy biorąc pod uwagę doświadczenie, wiek, wagę uczestników.
5. Kolejnym elementem ustalonym przed spływem jest **szyk płynięcia**. Pierwszy płynie przewodnik, osoba doskonale znająca rzekę, informująca o przeszkodach, sposobach ich pokonania, zarządzająca spławianiem kajaków, przenosi, postoje i biwaki. Kategorycznie nie wolno wyprzedzać osoby prowadzącej spływ. Na końcu płynie "czerwona latarnia" czyli instruktor zamykający spływ, mający na pokładzie apteczkę i rzutkę. Jego zadaniem jest udzielanie ewentualnej pomocy i dbanie by nikt nie został w tyle. Odległości pomiędzy osadami są ustalane w zależności od charakteru odcinka.
6. Na spływach obowiązuje zasada **jednoosobowego kierownictwa**.
7. Na każdym spływie powinna się znaleźć przynajmniej jedna, dobrze wyposażona **apteczka**. Ważnym elementem jest też **rzutka ratunkowa**, którą zresztą wykorzystuje się dosyć często na szczęście tylko jako sznur do suszenia ubrań bądź element boiska do siatkówki.

8. Wszyscy uczestnicy zobowiązani są do płynięcia w kapokach asekuracyjnych, które zapewnia organizator spływu.
9. Na uczestniku ciąży obowiązek dbania o powierzony mu sprzęt oraz odpowiedzialność za ewentualne szkody wyrządzone z jego winy.
10. Uczestnik spływu (opiekun prawny niepełnoletniego uczestnika spływu) ponosi całkowitą odpowiedzialność za wszelkie szkody na mieniu lub na osobie wyrządzone innym osobom.
11. Uczestnicy mają obowiązek zachowania porządku i czystości w trakcie spływu.
12. Na trasie spływu można spotkać szereg **naturalnych przeszkód**, takich jak zwalone drzewa, kamienne prożki, wystające z wody pnie itd. Przy umiejętnym pływaniu nie są to rzeczy niebezpieczne, za to urozmaicają kajakowy szlak. Pokonując przeszkody należy pamiętać o kilku zasadach. Podpływamy do przeszkody powoli starając się zorientować z której strony się za nią zabrać; słuchamy sugestii przewodnika bądź osady przed nami. Jeśli musimy się pochylić, pochylamy się do przodu. Jeśli to konieczne składamy wiosło wzdłuż burty, aby nim o coś nie zawadzić. Nie ustawiamy kajaka bokiem do przeszkody, w poprzek nurtu! Gdy zdarzy się taka sytuacja przechylamy się w stronę przeszkody. Czasami musimy wysiąść z łódki, by ją splawić na przykład na kamiennym przemiale. Na spływie kajakowym oprócz pływania zdarza się brodzić- dlatego buty do wody są tak ważne, chronią przed skaleczeniami.
13. Nie płyniemy przez przeszkody, które są zbyt niebezpieczne. Zasada ta dotyczy między innymi **sztucznych budowli**, na przykład regularnych, betonowych progów. Nawet niewielki z pozoru próg, z silnym odwojem tworzącym się za nim, może być śmiertelnie niebezpieczny.
14. Nigdy nie płyniemy pod wpływem **alkoholu**. Tej zasady przestrzegamy z całą surowością. Podobnie jak zakazu pływania nocą.
15. Na każdym spływie może, choć nie musi, przytrafić się **wywrotka** zwana popularnie "kabiną". Z szerokich, turystycznych kajaków szybko i bezstresowo wypada się do wody (inaczej niż z górskich, wyposażonych w fartuchy). Woda najczęściej jest płytka, mamy kapoki więc nie ma się czym martwić. Jak należy się zachować? Trzeba złapać kajak za dziób lub rufę i zaciągnąć go do brzegu, gdzie jest płytko i spokojnie możemy go odwrócić i osuszyć (pomocne będą duże gąbki) Nie uwieszamy się na kajaku w jego środkowej części, w okolicach kokpitu i nie próbujemy go odwrócić na środku rzeki.
16. Musimy też być świadomi, że rzeka to organizm podlegający nieustannym zmianom. Poziom wody, kształt dna, konfiguracja pni, zwalone drzewa zapamiętane z poprzedniego spływu mogą być już za tydzień zupełnie inne. Nikt nie jest w stanie nas uprzedzić o wszystkich możliwych niespodziankach. Jest to oczywiście fascynujące, lecz skłania do apelu: **podchodźmy do wody z pokorą.**

VIII. Informacje dodatkowe

1. Wycieczka odbędzie się bez względu na warunki pogodowe.
2. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
3. W przypadku konieczności wezwania karetki w związku z naruszeniem regulaminu wycieczki, kosztami obciążani są rodzice (prawni opiekunowie uczestnika).
4. Podane czasy przejazdu i płynięcia są orientacyjne i w dużej mierze zależą od warunków na drodze i możliwości uczestników spływu.

5. Wszystkie odcinki dobrane są ze względu na poziom trudności, tak aby każdy nawet początkujący kajakarz sobie poradził.
6. Szczegółowe informacje dotyczące każdego spływu (takie jak godzina i miejsce zbiórki, przybliżona godzina, szczegóły trasy, przenoski itp.) będą publikowane na stronie www.mos.poznan.pl w zakładce Akcja Lato.
7. Każdy uczestnik spływu obowiązkowo zabiera czapkę lub chustę na głowę, wodę do picia oraz jedzenie.
8. Osoby niepełnoletnie muszą być w kajaku pod opieką osoby dorosłej.
9. **Uczestnik przesyłając zgłoszenie uczestnictwa w spływie przyjmuje do wiadomości postanowienia regulaminu i zasady bezpieczeństwa oraz zobowiązany jest do ich przestrzegania.**