

## **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:**

01.07.2023r. rz: Wełna odcinek Ruda - Jaracz ok. 12 km

15.07.2023r. rz: Piława odcinek jaz na Jeziorze Długim – Nadarzyce ok. 12 km,

12.08.2023r. rz: Gwda odcinek Ptusza -Krępsko ok. 13 km,

26.08.2023r. rz: Warta odcinek Luboń - Czerwonak ok. 18km

### **IV. Opłaty, warunki uczestnictwa:**

1. Koszty spływu pokrywa Organizator zapewniając kajaki, przejazd i powrót do Poznania.
2. Organizator ustala limit miejsc podyktowany ilością kajaków (12 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 przypadać maksymalnie jeden dorosły opiekun.
4. W wycieczce mogą uczestniczyć osoby zdrowe, co poświadczają w pisemnym oświadczeniu o braku u uczestnika spływu kajakowego infekcji oraz objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną.

### **V. Zgłoszenia:**

1. Za zgłoszenie uznaje się dostarczoną do Organizatora podpisaną deklarację uczestnictwa w spływie (zał. nr 1).

2. Zgłoszenie uczestnictwa w spływie jest jednoznaczne z zawarciem umowy z POSiR na nieodpłatny udział w spływie.
3. Zeskanowane deklaracje należy wysłać na adres mailowy [zapisy.mos@posir.poznan.pl](mailto:zapisy.mos@posir.poznan.pl) lub dostarczyć osobiście do siedziby Organizatora na ul. Gdańską 1 (boisko na Śródcie). W szczególnych przypadkach (brak adresu e-mailowego) Organizator dopuszcza możliwość zgłoszenia telefonicznego.
4. Miejsca rezerwowane są według kolejności napływania zgłoszeń.
5. W przypadku wysłania deklaracji drogą mailową lub zgłoszenia telefonicznego 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 bezwzględne stosowanie się do nich.
2. Wykonywanie poleceń oraz dostosowanie się do nakazów i zakazów wydawanych przez osób 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**. 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. Wszyscy uczestnicy zobowiązani są do płynięcia w kapokach asekuracyjnych, które zapewnia organizator spływu.
7. Na uczestniku ciąży obowiązek dbania o powierzony mu sprzęt oraz odpowiedzialność za ewentualne szkody wyrządzone z jego winy.
8. Uczestnik spływu (opiekun prawny niepełnoletniego uczestnika spływu) ponosi całkowitą odpowiedzialność za wszelkie szkody na mieniu lub na osobie wyrządzone innym osobom.
9. Uczestnicy mają obowiązek zachowania porządku i czystości w trakcie spływu.
10. 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.
11. 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.
12. Nigdy nie płyniemy pod wpływem **alkoholu**. Tej zasady przestrzegamy z całą surowością. Podobnie jak zakazu pływania nocą.
13. 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 po wywrotce? 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.
14. 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. Organizator spływu zastrzega sobie prawo dokonania koniecznych zmian trasy, godziny rozpoczęcia i programu spływu oraz odwołania spływu w przypadku wysokiego stanu wody lub złych warunków pogodowych.
2. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
3. Podane czasy przejazdu i płynięcia są orientacyjne i w dużej mierze zależą od warunków na drodze i możliwości uczestników spływu.
4. Wszystkie odcinki dobrane są ze względu na poziom trudności, tak aby każdy nawet początkujący kajakarz sobie poradził.

5. Szczegółowe informacje dotyczące każdego spływu (takie jak godzina i miejsce zbiórki, przybliżona godzina, szczegóły trasy, przenoski itp.) będą publikowane na stronie [www.posir.poznan.pl](http://www.posir.poznan.pl) w zakładce Akcja Lato.
6. Każdy uczestnik spływu obowiązkowo zabiera czapkę lub chustę na głowę, wodę do picia oraz jedzenie. Organizator nie zapewnia wyżywienia.
7. Osoby niepełnoletnie muszą być w kajaku pod opieką osoby dorosłej.
8. **Uczestnik przesyłając zgłoszenie uczestnictwa w spływie, przyjmuje do wiadomości postanowienia regulaminu i zasady bezpieczeństwa oraz zobowiązany jest do ich przestrzegania.**