

Säker paddling – rekommendationer från Svenska Kanotförbundet

De flesta olyckor sker på grund av att man missbedömt sin egen förmåga eller farorna i miljön. Detta verktyg hjälper dig att paddla säkert genom att göra bättre bedömningar.

Ringa in väntade förhållanden i samband planering av tur samt kontinuerligt under turen.

Förhållanden						
Vattentemperatur	20 grader	17 grader	15 grader	12 grader	< 12 grader	< 12 grader
Vindstyrka	< 1 m/s	< 2 m/s	< 3 m/s	< 6 m/s	< 8 m/s	< 12 m/s
Våghöjd	< 0 cm	< 15 cm	< 30 cm	< 90 cm	< 120 cm	>120 cm
Strömmande	0	0	0	Klass 1-2	Klass 3	Klass 4
Avstånd till land	< 50 m	< 200 m	< 500 m	< 2 km	>2km	>5 km

Nedan beskrivs rekommendationer ifråga om kunskaper och utrustning för respektive miljö. Dessa värden följer den internationella normen European Paddle Pass.

Miljö	Erfarenheter och Kunskaper	Utrustning
Lugnt, varmt vatten nära land	Oerfaren/ Inga tidigare kunskaper behövs.	Godkänd utrustning: Kanot med flytelement, paddel samt anpassad flytväst.
Lugnt, varmt och skyddat vatten	Nybörjare som genomgått grundkurs i teknik, säkerhet och miljö eller inhämtat motsvarande kunskaper på annat sätt.	
Lugnt, varmt och skyddat vatten, inre skärgård	Kunskaper om självräddning och kamraträddning under gröna förhållanden.	Möjlighet att kommunicera med räddnings-tjänst, t ex mobiltelefon i vattentätt fodral.
Kallt och/eller strömmande vatten eller yttre skärgård och vindpåverkan	Befästa kunskaper i blå miljö inklusive självräddning och kamraträddning. Erfarenhet från paddling i en mängd skiftande miljöer. Utbildad i paddlingsteknik och säkerhet.	Alltid våtdräkt eller torrdräkt vid strömmande vatten och vid temperaturer under 12 grader, bogserings-system, första hjälpen, vindsäck, extra mat, reparationsutrustning, extrakläder.
Kallt och/eller strömmande/ oskyddat vatten Extrema förhållanden	Gedigna kunskaper och erfarenheter av att paddla och hantera kapsejsningar i svåra förhållanden.	Ev. övrig utrustning anpassad till aktuell tur.

Observera

- Om ett blått värde är väntat samt att det finns sannolikhet för ytterligare blått värde under turen rekommenderas att paddlarens kunskaper och utrustning ska motsvara blå nivå.
- Vid paddling i strömmande vatten rekommenderas alltid våtdräkt eller torrdräkt, med anledning av strömmens kylande effekt.
- Om något värde motsvarar röd eller svart miljö räcker det för att kräva motsvarande kunskapsnivå.
- Ingen alkoholförtäring i samband med paddling.
- Paddling med värden som inte kan undvikas eller hanteras på ett sådant sätt att det hamnar inom din egen kompetensnivå skall inte genomföras.

Exempel/Case

Förutsättningar: Canadensarpaddling i fjällsjö med vattentemperatur 13 grader.

Riskbedömning: Genom att vinden snabbt kan blåsa upp och skapa vågor är sannolikheten stor att det blir blå miljö.

Riskhantering: Våtdräkt eller torrdräkt bör bäras med anledning av rådande temperatur. Säker paddling innebär att hålla sig närmare än 50 meter från land, närmare vid frånlandsvind.

Fungerande kommunikationsmedel ska medföras. Man ska ha praktisk erfarenhet av att ha kapsejsat och tagit sig tillbaka i kanoten eller simma till land i rådande temperatur och väder.

