

Redningsvest på paddleboard

Det er ikke alle, der er klar over det, men det er faktisk et lovkrav at medbringe redningsvest, når du bruger dit SUP board. Det gælder også gæster, hvis du medbringer nogen på dit board. Det er vigtigt for jeres sikkerhed, når I bevæger jer ud på vandet.

Det er en vandsport, og vind og vejr har indflydelse på boardet. Derfor anbefaler vi kraftigt, at du altid bærer redningsvest, når du bruger dit paddleboard. Du skal derfor huske at tilkøbe en redningsvest, når du køber et SUP board.

Du kan læse mere om, hvordan du vælger den rigtige vest i følgende artikler fra Sikkerhedsstyrelsens hjemmeside:

- Husk sikkerheden når du køber redningsvest
- Vælg den rigtige vest når du skal til søs

Brug din leash

Udover redningsvesten er det også vigtigt, at du altid bruger din leash line, der er sat fast på paddleboardet. På den måde er du sikker på, at du altid har boardet i nærheden af dig. Da en leash er spændt fast om anklen og sidder fast på boardet, kommer du aldrig for langt væk fra dit board.

Pas på dig selv

Udover reglerne er det også vigtigt at huske sikkerheden, når du bevæger dig ud på dit paddleboard. Dansk Surf & Rafting Forbund (DSRF) har udviklet nedenstående 10 gode råd for at sikre, at du får en sikker tur på vandet:

1. Brug ALTID en leash.
2. Husk svømmevest (det er et lovkrav).
3. Medbring telefon i vandtæt etui.
4. Gå som udgangspunkt ikke alene på vandet.
5. Fortæl andre hvor du/i padler ud og hvornår du/i forventer at være tilbage.
6. Få et introduktionskursus i en DSRF forening eller hos en surfskole.
7. "If in doubt, don't paddle out" – brug din sunde fornuft og kend dine begrænsninger.
8. Brug korrekt påklædning efter årstiden samt vind- og vejrforhold.
9. Undersøg altid vind- og vejrforhold inden du går ud. Gå ikke ud i fralandsvind hvis du er nybegynder eller let øvet.
10. Brug padlen til at signalere hvis du er i nød.

Du kan få flere råd på DSRFs hjemmeside omkring sikkerhed. Her finder du flere gode råd om udstyr, lovkrav og apps, der er gode at kende til, når du bevæger dig ud på vandet. TrygFonden har også samlet flere gode råd til, hvordan du bliver klar til at bruge dit SUP board.