

Langtur

svømmeprøve

Det fremgår af DFfRs langtursreglement, at enhver deltager i langture overfor klubbens bestyrelse skal have bevist, at han/hun kan svømme mindst 300 meter uden hvil og kan træde vande.

Desuden skal enhver deltager i langture overfor klubbens bestyrelse vise, at han/hun kan iføre sig en traditionel redningsvest i vandet.

Roere som for første gang bruger oppustelig redningsvest, skal prøve at iføre sig vesten på land og i båden, samt sætte sig ind i vestens brug og funktion.

Langture er alle ture der ikke foregår i vores daglige rofarvand, dvs. syd for Alstrup og nord for Gedsergård.

På opslagstavlen i klubben hænger listen over de medlemmer, der har aflagt svømmeprøve og dermed kan deltage i langture.

Hvis du **har** aflagt svømmeprøve og ikke er på listen, så send din svømmeprøveerklæring til Kirsten Merkel - så kommer du på listen. (mail kila.merkel@gmail.com.)

Hvis du **ikke har** aflagt svømmeprøve, men gerne vil på langtur, må du aflægge prøven. Det kan ske overfor en af svømmecenterets livreddere eller en af klubbens instruktører eller et bestyrelsesmedlem.