



WETTERWILLE
Leeuwarder Roeivereniging

VEILIGHEIDSPLAN 2017



Inhoudsopgave

1. Inleiding	2
2. Verantwoordelijkheden.....	3
Verenigingsbestuur	3
Organisatoren van evenementen.....	4
Instructeurs	4
Coaches	4
Roeiers.....	4
3. Melding ongeval/incident op of aan het roeiwater	5
Melding ongeval.....	5
Procedure melding ongeval/incident.....	5
Bijlage 1: Wanneer mag er NIET geroeid worden	6
Bijlage 2: Gouden tips.....	7
Bijlage 3: Onderwerpen basiscursus veiligheid	8
Bijlage 4: Taken Veiligheidscoördinator	10
Bijlage 5: Logboek Incidentrapportage	11
Bijlage 6: Geraadpleegde literatuur	12

1. Inleiding

Het bestuur van roeivereniging LRV Wetterwille wil dat haar leden zo veilig mogelijk hun sport kunnen beoefenen. De uitgangspunten om dat te bereiken zijn in dit veiligheidsplan beschreven.

Het bestuur wil het veilig roeien bevorderen. In ieder geval door:

1. Het uitwisselen van informatie over:
 - a. **Gedragsregels** die binnen de vereniging gelden, waaronder het opleidingsprogramma en exameneisen voor roeiers en stuurlieden, en regels voor melding van schade/mankementen;
 - b. **Checklisten** of andere organisatorische afspraken. Voorbeelden:
 - i. Checklist roeiuitrusting boten;
 - ii. Checklist verzekeringen;
 - iii. Checklist informatiebord/ noodzakelijke informatie voor roeiers.
2. Het gezamenlijk organiseren van activiteiten:
 - a. **Algemene voorlichtingsbijeenkomsten voor leden**. Onderwerpen kunnen zijn: update afspraken; veranderingen scheepvaartverkeer; evaluatie veiligheid naar aanleiding van meldingen en evaluaties.
3. **Cursussen ter bevordering veiligheidsbewustzijn**. Denk hierbij aan: Omsla-cursus en een basiscursus veiligheid. Doel is om leden binnen 1 jaar na inschrijving minimaal de basiscursus veiligheid en de omsla-cursus te laten volgen. Leden die deze cursussen gevolgd hebben worden geregistreerd.
4. **Procedure melding incidenten**. Ongevallen en incidenten worden geregistreerd, met de daarbij behorende evaluatie en eventueel acties (zie hoofdstuk 3). Deze worden elk jaar in een bestuursvergadering gerapporteerd en besproken. Eventueel aanvullende maatregelen of aanpassing van richtlijnen worden hier besproken en vastgesteld.

Om bewuster om te gaan met veiligheid binnen onze vereniging zijn de volgende uitgangspunten gedefinieerd:

- Veiligheid is logisch.
- Veiligheid heeft prioriteit.
- Veiligheid is een verantwoordelijkheid van alle leden en wordt actief uitgedragen door het bestuur.
- Continue communicatie 'top down' én 'bottom up'.
- Ongevallen zijn in principe te voorkomen.
- We doen het veilig, of we doen het niet.
- Van elk ongeval of incident wordt vastgesteld 'hoe het heeft kunnen gebeuren' en vervolgens wordt geëvalueerd en worden acties afgesproken.
- Bestuur, opleiders en coaches zijn zichtbaar betrokken.

2. Verantwoordelijkheden

Veilig roeien begint in de eerste plaats bij de roeier zelf.

Bij elke activiteit die je onderneemt moet iedereen zichzelf de vraag stellen:

Is dit de meest veilige manier van handelen?

De controle van het materiaal voordat men wegvaart en het goed beheersen van de commando's en de roeihandelingen zijn daarbij essentieel.

Daarnaast kennen alle leden de regels met betrekking tot weer, wind, water en het vaarreglement. Wanneer er niet geroeid mag worden staat in bijlage 1 en hangt op verschillende plekken in het verenigingsgebouw; op het prikbord in de hal en op het prikbord in de kantine.

Naast de hiergenoemde regels, streeft het bestuur van LRV Wetterwille een actieve aanpak van veiligheid na en is het bestuur in staat om er voor te zorgen dat iedereen voldoende veilig kan roeien.

Verenigingsbestuur

Het verenigingsbestuur zorgt voor:

- Communicatie van alle regels, en eventuele verandering van de regels;
- Vaststellen van eisen aan opleidingen en examens;
- Het benoemd hebben van een veiligheidscoördinator;
- Goed onderhouden materiaal (onderzoek de boot op lekkages en op het goed sluiten van de waterdichte compartimenten; inspecteer outriggers, slidings, bankjes, heelstrings, rubber bal, stuurinstallatie, vinnetje en de riemen);
- Voldoende reddingsmiddelen (hoosblikken, EHBO materiaal, reddingsboei, touwen etc.);
- Een goede schademeldingsprocedure, waarbij boten uit de vaart worden genomen en ondeugdelijke boten worden gerepareerd en weer in gebruik genomen;
- Goede opleiding, waardoor roeiers veilig kunnen manoeuvreren en zich bewust zijn van de regels op het water en weten hoe er bij verschillende omstandigheden dient te worden gehandeld (denk daarbij ook aan man-overboord-manoeuvere, omslaan instructie etc.);
- Goede regels wie welke boten onder welke omstandigheden bij de instructie mag gebruiken;
- Regels die op het water specifiek van belang zijn voor het roeien;
- Opleiding en training van de instructeurs;
- Regels ten aanzien van condities, waaronder niet geroeid mag worden en zorg dat deze worden nageleefd (te denken valt aan storm, ijsgang, vorst, onweer, mist en duisternis);
- Regels bij bijzondere omstandigheden (bijvoorbeeld zwemvesten en hoosblikken bij open water);
- Controleren of elke roeier fysiek veilig kan roeien (bijvoorbeeld: kan zwemmen, voldoende kan zien en horen, geen last heeft van epileptische aanvallen etc.).
- Kennisoverdracht op het gebied van redding technieken en eerste hulp bij ongelukken, in het bijzonder voor problemen bij onderkoeling.

Plaats van de veiligheidscoördinator in de organisatie

Het bestuur is verantwoordelijk voor veiligheid. Het is één van de onderdelen van de portefeuille van de commissaris materiaal. Het bestuur heeft een veiligheidscoördinator benoemd. De veiligheidscoördinator heeft als taak het veiligheidsbeleid uit te voeren en rapporteert aan de commissaris materiaal.

De veiligheidscoördinator heeft géén bestuurlijke bevoegdheid. Wél een uitvoerende en adviserende rol. Zie bijlage 4 voor de taakomschrijving van de veiligheidscoördinator.

Organisatoren van evenementen

Bij het organiseren van evenementen is er een separaat veiligheidsplan. Hierbij moet men onder andere denken aan onderstaande aandachtspunten:

- Ervoor zorgen dat de autoriteiten (politie, waterbeheer, eerste hulp zorg, etc.) zijn ingelicht, toestemming is verkregen en alle maatregelen zijn getroffen om een veilig verloop van het evenement te garanderen.
- Naast de veiligheidscoördinator is er ook een medische coördinator, die dient te zorgen dat medische ondersteuning snel beschikbaar en bereikbaar is;
- Er is een voldoende goed ingerichte reddingsboot beschikbaar gedurende het evenement, die direct inzetbaar en zodanig geplaatst is dat hij snel bij een ongeval kan zijn;
- Volgboten dienen uitgerust te zijn met veiligheidsuitrusting zoals eerste hulp kit, reddingsboei, thermische deken, etc.;
- Er worden instructies aan de officials en de deelnemers gegeven over de verkeersregels, de eventuele lokale gevaren en over de beschikbaarheid van hulp;
- De baan/het parcours wordt duidelijk gemarkeerd. Aan eventuele overige watergebruikers dient duidelijk gemaakt te worden wat er van hen verwacht wordt;
- Aan officials bij wedstrijden wordt duidelijk gemaakt te worden dat veiligheid gaat boven het toezien op eerlijke competitie.

Instructeurs

- Instructeurs zijn op de hoogte van de mogelijkheden van de leerlingen (zwak, sterk, oud, jong, weinig/veel gesport).
- Zij controleren of de leerlingen hen begrijpen of ze reageren op commando's of ze inzicht hebben in wat ze doen of ze gauw in paniek raken. Zij denken eraan dat kinderen snel kunnen afkoelen.
- Instructeurs zorgen ervoor dat zij voor de cursisten goed verstaanbaar zijn en kunnen hiervoor gebruik maken van een roepstoeter of megafoon. Het niet goed kunnen verstaan in noodsituaties kan leiden tot paniek.
- Zij geven geen beginnelingeninstructie in een skiff vanaf circa 1 november tot circa 1 april in verband met onderkoelingsgevaar.

Coaches

- Coaches kennen de regels met betrekking tot het te bevaren water;
- Zij zijn verantwoordelijk voor veilig roeimateriaal;
- Coaches waarschuwen voor mogelijke gevaren op het water;
- Zij zijn verantwoordelijk voor een goede opleiding van de stuurman/vrouw van hun ploegen, ook wat betreft de veiligheid op het water.

Roeiers

- Alle roeiers zijn op de hoogte van de regels van LRV Wetterwille.
- Voordat men met een boot vertrekt, wordt door inschrijving in het afschrijfboek op de PC of via een mobiele applicatie aangegeven, dat men op het water is en wat het te verwachten tijdstip van terugkomst is.
- Alvorens uit te varen dient men de boot en de onderdelen eerst te controleren.
- Beginnende roeiers moeten altijd begeleid worden door een instructeur/coach of een andere ervaren roeier, die verantwoordelijk is.
- Indien een boot gestuurd wordt door onervaren en/of jonge stuurlieden, is een ervaren roeier verantwoordelijk. Ervaren ploegen (zonder begeleiding) zijn volledig verantwoordelijk voor hun eigen veiligheid.

3. Melding ongeval/incident op of aan het roeiwater

De volgende ongevallen/incidenten worden met deze procedure afgehandeld:

- Aanvaringen met vaste objecten of schepen, ongeacht de oorzaak (een aanvaring is onbedoeld contact van rigger of romp met het andere object, of klem komen te zitten met een riem. Aantikken met blad of schacht is geen aanvaring);
- Bijna aanvaringen met beroepsvaart (dat wil zeggen, bijzondere manoeuvre nodig om een aanvaring te vermijden);
- Omslaan en andere incidenten waarbij iemand onbedoeld in het water terecht komt, waarbij persoonlijk letsel of schade aan het materiaal is ontstaan;
- Defecten aan de boot die de manoeuvreerbaarheid van de boot beperken (bijvoorbeeld, roer verloren of onklaar).
- Defecten aan/ Verlies van overig materiaal: reddingsvesten, zwemvesten, enz.

Melding ongeval

Bij een ongeval zorg je eerst voor je eigen veiligheid. Als jou iets overkomt, kun je niemand meer helpen. Meld het ongeval door het alarmnummer 112 te bellen en meld het aan het bestuur.

Geef het volgende door:

- Je naam
- Je telefoonnummer
- Roeivereniging Wetterwille
- De plaats waar jij je bevindt
- Aard van het ongeluk
- Het aantal slachtoffers
- De plaats waar de slachtoffers zich bevinden

Noodhulpdiensten

Brandweer spoed:	112
Politie spoed:	112
Politie niet spoed:	0900-8844
Ambulance:	112

Bestuur

Voorzitter:	06-21678321
Secretaris:	06-55868666
Penningmeester:	06-53332992

Procedure melding ongeval/incident

1. Een incident en/of ongeval zoals hierboven beschreven moet gemeld worden.
2. Leden kunnen een incident mondeling, schriftelijk en per mail melden:
 - rechtstreeks bij de veiligheidscoördinator;
 - of bij de secretaris van het bestuur. Deze draagt de melding over aan de veiligheidscoördinator.
3. Leden melden bij voorkeur een incident persoonlijk. De veiligheidscoördinator heeft na een melding altijd een persoonlijk gesprek met het lid dat een incident heeft gemeld. In het gesprek of later krijgt het lid altijd te horen welke actie is ondernomen.
4. De veiligheidscoördinator houdt een registratie bij van meldingen die hun locatie betreffen. Het voorbeeld logboek "incidentenrapportage" van de KNRB wordt gebruikt (zie bijlage 5). Deze wordt tenminste 3 jaar bewaard voor het geval externe bevoegde instanties deze willen inzien.
5. De veiligheidscoördinator onderzoekt of verbeteracties op lange of korte termijn mogelijk zijn.
6. Jaarlijks wordt het overzicht van de meldingen en de ondernomen acties met het bestuur besproken. Op de jaarlijkse ALV (Algemene Ledenvergadering) worden de hoofdlijnen door het bestuur gepresenteerd.

Bijlage1: Wanneer mag er NIET geroeid worden

Er mag **niet geroeid mag worden** als:

- er zich **ijs** op/in het water bevindt.
- de **thermometer bij binnenkomst verenigingsgebouw 0 graden** of minder aanwijst.
- er een zicht van minder dan 300 meter is; je moet de huizen van Aldlân kunnen zien vanaf het vlot voor het verenigingsgebouw.
- er een windkracht van 6 bft of meer staat. (**De windmeting van vliegveld Leeuwarden**)
- voor zonsopgang en na zonsondergang.
- het onweert en/of hagelt of de verwachting daarvan.
- er een algemeen vaarverbod wordt aangegeven door een bord bij de PC in de hal en/of op de website van de vereniging.

Bij een watertemperatuur van 5 graden Celsius of lager, is het verboden zonder begeleiding te varen in een skiff met een roeibevoegdheid lager dan SC4. Daarnaast moeten alle roeiers die dan willen skiffen een vrijwaring tekenen. Bij jeugdleden jonger dan 18 tekent een van de ouders/verzorgers.

De commissaris roeien heeft een lijst met namen van roeiers met de verleende ontheffing en er is melding in het afschrijfboek.

De commissaris roeien bepaalt de watertemperatuur en vermeldt deze in het digitaal afschrijfboek.

Bijlage 2: Gouden tips

Op de website van LRV Wetterwille (www.lrvwetterville.nl, onder de tab 'instructie', kopje 'informatiemateriaal leerlingen') en tijdens je opleiding wordt van alles gezegd over veilig roeien. Hieronder vind je enkele tips voor veilig roeien en hiermee zorgen we voor meer kennis van de regels, besef van de gevaren en begrip voor de ander.

Als roeier ben je extra kwetsbaar op het water. Je hebt dan ook eerder last van andere watergebruikers. Het kan gebeuren dat andere watergebruikers hinder van jou ondervinden, misschien wel zonder dat je dit weet. Roei daarom alleen op deze wateren als je voldoende ervaring hebt. Of roei samen met een ervaren roeier.

Tips voor veilig roeien

Kijk voldoende achterom, zodat je weet wat er achter je gebeurt en tijdig kan anticiperen indien nodig

Draag fel gekleurde kleding

Doordat je laag boven het water vaart, val je in een roeiboot slecht op. Met fel gekleurde (knaloranje, rose of gele of witte) kleding ben je aanzienlijk beter zichtbaar. Zo kunnen andere watergebruikers rekening met je houden. Wel zo veilig.

Geef elkaar de ruimte

Veilig varen is een kwestie van goed samenwerken en rekening houden met andere watersporters, pleziervaart en beroepsvaart. Om de samenwerking en daarmee de veiligheid op het water te bevorderen, richt Rijkswaterstaat zich met een intensieve campagne op alle watergebruikers.

Denk aan de dode hoek

De dode hoek van de beroepsvaart kan oplopen tot maar liefst 500 meter. Binnen die dode hoek kunnen schippers je niet zien. Neem altijd het zekere voor het onzekere en pas je koers en snelheid tijdig aan, zodat je zichtbaar blijft. Als je de stuurhut kunt zien, kan de schipper jou ook zien!

Vaar een duidelijke koers

Laat tijdig en duidelijk zien wat je van plan bent, vaar geen zig-zag koers en veroorzaak geen plotselinge koerswijzigingen. Als je op grote afstand recht voor een naderend schip uitvaart, verminder dan niet plotseling je snelheid. Geef de beroepsvaart de ruimte. Vooral in de buurt van bochten en in- en uitvaarten van havens hebben beroepsvaarders extra ruimte nodig en kunnen zij zuiging en golfslag niet altijd voorkomen. Lig dus niet stil in bochten of in de nabijheid van havenmondingen.

Werk mee bij het op- en voorbijvaren

Blijf niet roeien naast of vlak voor de overige scheepvaart. Als schepen je naderen of je voorbij willen varen, werk dan mee. Maak voldoende ruimte en minder je snelheid, maar niet plotseling. Hoe sneller het schip is gepasseerd, hoe eerder je weer veilig kunt roeien. Roei alleen naast elkaar als er geen andere schepen in de buurt zijn.

Aandachtsein

Schippers kunnen bij dreigend gevaar met de luchthoorn een aandachtsein geven. Dat is een lange stoot van ongeveer 4 seconden. Zo'n signaal kan zelfs voor jou bestemd zijn. Reageer dan alert en geef andere vaarweggebruikers de ruimte. Beter nog: probeer deze aandachtseinen te voorkomen.

Bijlage 3: Onderwerpen basiscursus veiligheid

Koude

Tijdens de instructielessen en de cursus wordt aandacht besteed aan de regels en risico's van het te water raken bij lage watertemperaturen. Bij een watertemperatuur lager dan 10 graden Celsius wordt zo dicht mogelijk langs de oever geroeid zodat bij onverhoopt te water gaan men snel de wal kan bereiken als men niet in de boot kan klimmen.

Overlevingskansen in water (bron: Varen doe je samen!, brochure: Onderkoeling)

Watertemperatuur	Wetsuit	Gekleed	Zwemkleding
0° C	15 minuten	9 minuten	2 minuten
5° C	3 uur	1 uur	0,5 uur
10° C	9 uur	3 uur	1 uur
15° C	12 uur	5 uur	2 uur
20° C	15 uur	8 uur	4 uur

Warmte

Bij temperaturen boven de 25 graden Celsius wordt geadviseerd om voldoende water mee te nemen en bij felle zon een hoofdbedekking en insmeren met zonnebrandcrème om zonnesteek en huidkanker te voorkomen. Een zonnebril is aanbevelenswaard.

Medische aangelegenheden.

Roeiers die medicijnen gebruiken en/of een ziekte of kwaal hebben die van invloed kunnen zijn op het roeien, zijn verplicht hun mederoeiers daarvan op de hoogte te stellen. Zij geven ook aan welke actie in geval van nood ondernomen moet worden.

Kleding

Bij het (ongestuurd) **roeien is zien en gezien worden uiterst belangrijk.**

Daarom dragen de boegroeiers en skiffeurs tijdens het watersportseizoen vanwege de drukte van de recreatievaart kleding met een opvallende kleur b.v. een **veiligheidshesje.**

Boten

Op de website van het afschrijfboek (wetterwille.afschrijfboek.nl) staat een lijst van de vereiste vaarbevoegdheid per boot. Ook kan je hier het meest actuele overzicht van de vaar- en stuurbevoegdheden van de leden vinden.

Het roeimateriaal wordt periodiek onderhouden en gecontroleerd. In een logboek worden data en werkzaamheden bijgehouden.

Daarnaast is het de roeiers verplicht eventuele schade te melden via een schademelding (wat, waar, hoe, wanneer) in het afschrijfboek.

Varen

Op de website van LRV Wetterwille (www.lrvwetterville.nl, onder de tab 'instructie', kopje 'informatiemateriaal leerlingen') staan de basis **vaarregels** en **adviezen voor een goede stuurtechniek.** Bij de diverse instructies wordt hier structureel aandacht aan besteed.

Belangrijke regels

Goed zeemanschap:

In alle gevallen al het mogelijke doen om aanvaringen te voorkomen, door de kop erbij te hebben, het gebruiken van gezond verstand, en door op tijd te signaleren en te handelen.

Uitwijkregels:

- Kleine schepen wijken voor schepen groter dan 20 meter.
- Roeiboten wijken voor zeilboten.
- Motorboten wijken voor zeil- en roeiboten.
- Dode hoek van beroepsvaartschepen vermijden en op hekgolven letten.
- **Nooit voorrang nemen.**

Hulpmiddelen (worden jaarlijks gecontroleerd op goed functioneren door de materiaalcommissie)

Er zijn voldoende **genummerde reddingsvesten en fluoriserende veiligheidshessen**.

In de **kantine** is een **AED apparaat, EHBO-set** en een **Thermo-deken aanwezig** met jaarlijkse controle.

In de **kantine** hangt een **lijst met nummers voor gevallen van nood**.

Verantwoordelijkheden

De **stuurman** heeft **het commando** over de ploeg en is verantwoordelijk voor de uitrusting en goede gang van zaken in de boot.

Bij het roeien zonder stuurman ligt de verantwoordelijkheid bij de **boeg**.

Los hiervan is iedere ploeggenoot medeverantwoordelijk voor het signaleren van gevaarlijke situaties en attendeert zo nodig de stuurman c.q. boeg hierop.

Bijlage 4: Taken Veiligheidscoördinator

Volgens het huishoudelijke reglement stelt het bestuur een veiligheidsplan vast en benoemt het een veiligheidscoördinator.

1. De veiligheidscoördinator heeft de volgende taken:
 - a. de aanwezigheid en het onderhoud van voldoende veiligheidsmiddelen:
 - EHBO-doos en thermische dekens in de loods op een zichtbare plaats en regelmatig gecontroleerd;
 - reddingsboeien of –klos of –lijnen nabij het vlot;
 - reddingsvesten op de daarvoor bestemde plaats en 2x per jaar gecontroleerd.
 - b. de voorlichting over veiligheid, bij voorkeur door middel van:
 - aandacht op de website voor veiligheidsaspecten;
 - bevorderen van aandacht voor veiligheid tijdens instructie (principe 'veilig boord', kledingadvies, en vaarregels);
 - het organiseren van een omsla-cursus en het geven van voorlichting over onderkoeling (folder KNRB; video KNRM).
 - c. de controle op het naleven van het veiligheidsreglement:
 - de veiligheidscoördinator heeft geen bevoegdheid leden te schorsen, te royeren of de stuur- of roeibevoegdheid te ontnemen. Incidenten, voorvallen en situaties die de veiligheid betreffen worden door de veiligheidscoördinator aan het bestuur, commissaris roeien, gemeld.
 - de veiligheidscoördinator evalueert het aspect veiligheid bij toertochten, bij wedstrijden en evenementen met de organisatoren. De veiligheidscoördinator heeft een adviserende bevoegdheid.
2. Via de procedure 'Melding ongevallen/incidenten' worden fouten, ongevallen en 'near accidents' die verband houden met veiligheidsrisico voor personen aan de veiligheidscoördinator gemeld. Het doel is om van deze veiligheidsincidenten te kunnen leren. De veiligheidscoördinator evalueert deze daarom.
3. Ten behoeve van bevoegde externe instanties houdt de veiligheidscoördinator een registratie van meldingen en van de daarop ondernomen acties bij.
4. Louter materiële schade en mankementen staan hier buiten. Deze worden alleen in het schadelogboek ten behoeve van de werkplaats en de commissaris materiaal genoteerd.
5. De veiligheidscoördinator heeft de bevoegdheid het bestuur gevraagd en ongevraagd te adviseren over het veiligheidsbeleid, voor zover deze geen betrekking hebben op een individueel lid.
6. De veiligheidscoördinator heeft geen hiërarchische relatie naar andere commissies of functionarissen in de vereniging. De commissaris materiaal is voor het bestuur de eerst aanspreekbare. De afstemming met commissies en commissarissen verloopt via de commissaris materiaal.
7. Voor zover de KNRB daartoe in staat is, wordt minimaal één maal per 5 jaar aan de sporttechnische medewerkers van de KNRB advies gevraagd over de toepassing van het veiligheidsbeleid.

Bijlage 5: Logboek Incidentrapportage

Het voorbeeld logboek 'incidentenrapportage' van de KNRB wordt gebruikt (KNRB, 'Roei veilig', rapport ter bevordering van veiligheid in de roeisport. Oktober 2001)

Logboek incidentenrapportage		
	Melding	Beschrijving van het incident
Datum incident:		
Incident gemeld door:		
Betrokkenen:		
Plaats incident:		
Persoonlijk letsel?		
Schade aan materiaal?		
Logboek ingevuld door:		
	Maatregelen ter preventie	Maatregel gereed (datum)
Maatregel a:		
Maatregel b:		

Bijlage 6: Geraadpleegde literatuur

<http://www.knrb.nl>

<http://www.rvnautilus.nl>, Veiligheidsregels Oude Plantage

<http://rvdehertog.nl>

<http://www.degeeuw.nl>, Veiligheidsplan

<http://www.knrm.nl>, Brochure Onderkoeling ism varen doe je samen!

<http://www.nlroei.nl/PNphpBB2+viewtopic-t-3904.html>

http://www.knrb.nl/files/bestanden/Rapport_roei_veiligheid_2001.def.pdf

http://www.rijkswaterstaat.nl/images/10%20gouden%20tips%20voor%20roeiers_tcm174-188376.pdf