

INGEDIEND DOOR
LukiLeu

ON
10-02-2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Regels in het water



Dit artikel bevat de zwem-, rivier- en ijsregels van de SLRG.

Hoe je een wateractiviteit plant, vind je hier.

Zwemregels

1. Laat kinderen alleen onder toezicht in het water - houd kleine kinderen bij de hand!
2. Ga nooit onder invloed van alcohol of drugs het water in! Zwem nooit met een volle of helemaal lege maag.
3. Spring nooit oververhit in het water! - Het lichaam heeft tijd nodig om zich aan te passen.
4. Spring niet in troebel of onbekend water! - Het onbekende kan gevaren inhouden.
5. Luchtbedden en drijfhulpmiddelen horen niet thuis in diep water! - Ze bieden geen veiligheid.
6. Zwem nooit lange afstanden alleen! - Zelfs het best getrainde lichaam kan verzwakken.

Regels voor de rivier

1. Gebruikers van opblaasbare boten moeten een reddingsvest dragen!
2. Het op de boot aangegeven laadvermogen mag niet overschreden worden.
3. Boten niet aan elkaar binden! - Ze zijn dan niet meer manoeuvreerbaar
4. Onbekende riviergedeelten moeten van tevoren worden verkend!
5. Alleen goede en ervaren zwemmers mogen zich in open water wagen (rivieren, vijvers en meren).
6. Onderkoeling kan leiden tot spierkrampen. Hoe kouder het water, hoe korter het verblijf in het water!

IJsregels

1. Betreed ijsoppervlakken alleen als ze zijn goedgekeurd door de autoriteiten.
2. Reddingsmiddelen (ladders, palen, ringen, ballen, lijnen, enz.) zijn geen speelgoed.
3. De instructies van de regelgevende instanties en de autoriteiten moeten strikt worden opgevolgd.

4. Als er scheuren ontstaan door het begin van de dooi, moeten massale bijeenkomsten worden vermeden.
5. Zelfredding bij ijs! - Spreid je armen onmiddellijk uit en probeer in dezelfde richting naar buiten te komen als waar je vandaan kwam.
6. IJsgang! - Waarschuw onmiddellijk andere hulpverleners en benader het slachtoffer alleen in buikligging met een reddingsapparaat.

Bewijs van bron

Alle regels zijn gepubliceerd door de SLRG (Swiss Life Saving Association).

Afbeeldingscredits

- Foto omslag: © Thommy Weiss / pixelio.de

Weitere Informationen

Categorieën
Technologie en buitenactiviteiten

Tags
Правилата
Сигурност
Вода
Planning
Инструкции

Leeftijd
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Aantal deelnemers
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Bijbel
Deze informatie ontbreekt.

Duur
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Materiaal
Geen

Bestanden downloaden
Geen downloads

KI Generierter Inhalt
Inhoud
Categorieën
Tags
Leeftijd
Aantal deelnemers
Bijbel
Duur
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/regels-het-water