



REGLEMENT

§ 1 – Daglig roning

1. Rosæsonen:

- Rosæsonen er fra standerhejsning til standerstrygning. Under roning ved vandtemperaturer under 10 grader kræves der skærpet opmærksomhed, og redningsvest skal altid være iført under roturen.

2. Roområde:

- Roklubbens lokalfarvand strækker sig fra Hornbæk i nord til Nivå havn i syd. Ingen både må befinde sig mere end 300 meter fra kysten.
- For at ro sydpå skal den ansvarshavende i båden have lokal styrmandsret. Se dog særlig regel om bådsmandsret i §3 pkt. 5.
- Ved roture arrangeret for nye medlemmer der er frigivet fra roskolen, men som endnu ikke har opnået lokal styrmandsret, kan disse ro en båd uden at ansvarshavende styrmand befinder sig i båden, når dette er nødvendigt, for at roningen kan gennemføres. Den ansvarshavende styrmand skal dog befinde sig i en følgebåd der er indenfor råbe-/signalafstand.
Den ansvarshavende styrmand i følgebåden har således det overordnede ansvar, men bør desuden udpege en ansvarshavende roer til at føre kommandoen i båden med nye roere.
- For at ro nordpå forbi færgehavnen, skal den ansvarshavende i båden have udvidet lokal styrmandsret eller langtursstyrmandsret.
- For at ro på Esrum Sø, skal den ansvarshavende i båden have Esrumret (eller langtursstyrmandsret).
- For at ro uden for klubbens lokalfarvand skal den ansvarshavende have langtursstyrmandsret i henhold til DFfR's og klubbens bestemmelser.
- Alle styrmandsrettigheder tildeles af bestyrelsen.

3. Flagføring:



- Alle inriggere bør føre klubbens stander på alle ture. På søn- og helligdage føres tillige DFfR's splitflag.

4. Brug af klubben:

- Ethvert aktivt medlem har adgang til klubben, passive medlemmer har adgang til klubben men må ikke benytte klubbens materiel og udstyr.
- Regler for bådenes benyttelse fastsættes af materielforvalteren. Kaproningshold udtages af kaproningschefen. Udgifter til starter skal godkendes af bestyrelsen.

5. Sikkerhed:

- Gældende regler for DFfR skal altid overholdes.
- Intet medlem må gå i bådene uden at kunne svømme mindst 300 meter.
- Alle Aktiv, Senior og Junior medlemmer, skal have registreret en svømmeprøve, hvor det bekræftes af et andet medlem, at vedkommende har svømmet 300 meter. Prøven registreres med dato i medlemslisten, og for at ro må prøven ikke være ældre end 3 år, gældende fra den 1. august 2021.
I medlemslisten på hjemmesiden "Kun for medlemmer", vil dato for seneste svømmeprøve vises.
Registrering af svømmeprøver og download af svømmeprøve bevis kan ske via hjemmesiden www.roklubben.dk/svoemmeproeve. Svømmeprøve bevis kan alternativt afleveres til kassereren.
- Der skal være en af DFfR godkendt redningsvest til rådighed for hver af roholdets deltagere. Dog kan trænende kaproningshold undlade at medbringe redningsveste. Det er den enkelte roers ret og ansvar at anvende redningsvesten på betryggende vis. Ansvarshavende styrmand kan til enhver tid forlange at redningsveste skal iføres. Redningsveste må kun anvendes til deres egentlige formål og må således ikke fungere som siddeunderlag, fendere m.m.
- Ansvarshavende i båden har kommandoen over sit hold og bærer ansvaret såvel for besætningens opførsel som for at bådene med inventar behandles på omhyggeligste måde.
- Skulle bådene eller inventaret lide overlast, har ansvarshavende straks pligt til at afgive nøjagtig melding i reparationsprotokollen under "Skader" på rokort.dk. Hvis båden herefter ikke kan bruges, markeres det endvidere på selve båden at den er skadet. Såfremt det skønnes at der bør være erstatningskrav, indberettes det passerende til formanden.



- Ved roning før solopgang / efter solnedgang skal der føres en hvid lanterne, som er synlig horisonten rundt.
- Før en båd går ud, skal klubhuset være aflåst såfremt ingen andre er til stede. De medlemmer som sidst forlader klubhuset, har pligt til at lukke alle porte, døre og vinduer samt slukke lyset overalt.
- Før og efter hver tur fører ansvarshavende styrmand rojournalen på "Rokort" (hjemmesiden), MemberLink app eller på PC'en i roklubben.

6. Guld- og sølvårer

- En roer som i løbet af en sæson har roet en distance på minimum 900 km (men under 1300 km) hædres af klubben med en sølvvære.
- En roer som i løbet af en sæson har roet en distance på minimum 1300 km hædres af klubben med en guldvære.
- Disse årer modtages dog kun første gang de opnås. I tilfælde af gentagelse i senere sæsoner vil man modtage et diplom og en flaske af klubben, såfremt man møder frem til generalforsamlingen for at modtage dem (eller sender en repræsentant).

7. Robåden:

- Der må kun trædes på bådens bundbrædder og midterlangremmens trædeplader. For klubbens træbåde gælder skærpede regler ved skift, og skift må i disse både kun foretages af roere som har opnået skifteret. Både på land må slet ikke betrædes. Pladsskift på vandet er kun tilladt i inriggede både til motionsbrug.
- Båden bæres / køres forsigtigt til og fra vandet. Den spules og aftørres omhyggeligt efter brug, både ud- og indvendigt. Alle bundbrædder optages og stilles rejst i båden, når den er sat i bådhallen.
- Ror må først sættes på båden umiddelbart før båden sættes i vandet - og tilsvarende skal ror afmonteres umiddelbart efter at båden er taget på land.
- Tobaksrygning i båden er forbudt.
- Ved landgang er det den ansvarshavendes pligt at påse at båden bliver lagt således at den ikke tager skade.
- Skader forårsaget ved overtrædelse af ovennævnte forhold, kan kræves repareret for skadevolders regning.

8. Outriggerroning: (undtagen gig-både og havscullere):

- Outriggersæsonen fastsættes af bestyrelsen og offentliggøres ved opslag i bådhallen. Indtil scullerret er opnået, må scullerroning kun foregå under instruktion af en scullerinstruktør.
- Scullerret (OUR) tildeles af bestyrelsen og kan opnås ved at gennemføre et kursus med en scullerinstruktør. Det skal tillige overfor en af bestyrelsen bemyndiget person



demonstreres at man behersker teknikken med at lægge til og fra bro ved Helsingør Roklub.

- Retningslinjer for bådenes anvendelse er bekendtgjort på hjemmesiden og ved opslag i bådhallen.

9. Vinterroning:

- Roning imellem standerstrygning og standerhejsning (mindst perioden 1. november til 31. marts det følgende år) må kun foregå efter særlige retningslinjer fastlagt af DFfR og roklubbens bestyrelse. Vinterroningsreglementet er bekendtgjort på hjemmesiden og ved opslag i bådhallen.

§ 2 - Langtursroning.

1. Reglement:

- Roning ud over det lokale roområde (inklusive Esrum Sø og Hjelmsjö) er langtursroning. DFfR's langtursreglement er gældende og er bekendtgjort ved opslag i bådhallen og på roklubbens hjemmeside.

2. Flagføring:

- Inriggere bør på alle ture føre foreningens stander samt DFfR's splitflag.

3. Registrering:

- Ture som er roet i en langtursgodkendt båd udenfor det lokale rofarvand registreres som langtursroning.
 - Roning på Esrum Sø og Hjelmsjö skal ikke registreres som langtur, men under de pågældende søer i journalen.
 - For roture, som tager udgangspunkt i det lokale rofarvand, skal mindst en tredjedel af turen være roet udenfor lokalt rofarvand før turen kan tælle med i konkurrencen om langturspokalen. Det betyder i praksis at man skal ro helt til Rungsted eller til Gilleleje, før turen skal registreres som langtur. Vender man før, kan turen registreres som lokal tur Nivå+ eller Hornbæk+ (det kræver dog stadig at styrmanden har langtursret for at man kan ro forbi Nivå eller Hornbæk).
- Der skal altid angives en rute/destination under beskrivelsen af langturen. I modsat fald vil den ikke tælle med i konkurrencen om langturspokalen.

4. Reservation:

- Hvis turen varer længere end én dag, skal der ansøges om både hos materielforvalteren senest 2 dage før turens afholdelse. Der opgives deltagere på holdet samt turens destination.
- Valg af båd aftales med materielforvalteren.
- Bådene skrives ud på sædvanlig vis, dog med anførelse af langtur.



§ 3 – Styrmandsrettigheder.

Alle styrmandsrettigheder tildeles af bestyrelsen efter dennes skøn. De nedenfor anførte kriterier er blot vejledende.

1. Lokal styrmandsrettighed (KSM) kan opnås ved at gennemføre klubbens styrmandskursus og bestå de hertil hørende prøver. Kriteriet for opnåelse af lokal styrmandsret er, at man har roet mindst 150 km i det daglige ro område. Styrmandsrettighed fra andre roklubber kan overføres til Helsingør Roklub, når et passende kendskab til lokalfarvandet er opnået.
2. Udvidet lokal styrmandsrettighed forudsætter at man i forvejen har lokal styrmandsrettighed (KSM) og at man indenfor en periode af to på hinanden følgende år har været på mindst otte ture med passage foran færgehavnen (ud og hjem). Man skal have modtaget instruktion under disse passager, og på den sidste tur bør man selv sidde som styrmand. Hvis den deltagende styrmand med udvidet lokal styrmandsrettighed skønner at passagen er foregået på betryggende vis, indstiller denne til bestyrelsen at rettigheden kan tildeles.
3. Esrumret (ESR) opnås ved at gennemføre et af Fredensborg Roklub tilrettelagt kursus.
4. Langtursstyrmandsret (LSM) opnås ved at gennemføre et langtursstyrmandskursus afholdt efter DFfR's retningslinjer. For at kunne deltage i et sådant kursus skal man have lokal styrmandsrettighed, have kendskab til indholdet af DFfR's korttursstyrmandsmappe og have deltaget i flere langture med overnatning. Turene skal være roet i forskellige farvande og under varierede vejrforhold.
5. Ungdomsroere kan ro uden en ansvarshavende styrmand i båden, men den ansvarlige ungdomstræner skal da befinde sig i råbe-/signalafstand (på broen eller i en følgebåd).
Ungdomsroere på mindst 14 år kan opnå "Bådsmandsret" (BMR), hvorved de kan have kommandoen over en båd i det lokale rofarvand syd for færgehavnen, såfremt turen foregår i forbindelse med den almindelige ungdomsroning og er godkendt af den ansvarshavende ungdomstræner.
Bådsmandsret kan tildeles ungdomsroere som har roet mindst 50 km i det lokale farvand, og som træneren skønner at have den nødvendige myndighed, til at tage kommandoen i pludseligt opståede situationer, som kræver resolut handling. Retten tildeles efter gennemførelse af et styrmandskursus med aflæggelse af både teoretisk og praktisk prøve.
Fra det fyldte 16. år kan ungdomsroere opnå fuld styrmandsret, hvis de i øvrigt lever op til kravene for dette.
6. Sammen med en styrmandsret kræves rettigheden PAF (Privat ansvarsforsikring), for at blive skrevet i en båd som styrmand. PAF rettighed opnås ved at bekræfte overfor roklubben, at du er indehaver af en privat ansvarsforsikring. Det gøres på hjemmesiden <https://www.roklubben.dk/paf>

§ 4 – Klubhus og terræn.

1. Husorden:

- Tobaksrygning er forbudt overalt i klubhuset.



- Træningslokalet og robassinet må kun benyttes af aktive medlemmer.
- Klubbens store opholdsrum må benyttes 1,5 time om ugen i vintersæsonen til yoga, aftalt til mandage fra kl. 11:00 til 12:30. (Besluttet på generalforsamlingen den 9. februar 2017, og kan således kun ændres på en generalforsamling)
- Klubbens opholdsrum og omklædningsrum skal være ryddelige og må i øvrigt ikke benyttes som tørreplads for vådt rotøj m.v.
- Klubhus, klubterræn, bådebro, rampe, møblering, værktøj og maskiner samt inventar udlejes eller udlånes ikke. Bestyrelsen kan dispensere mht. udleje eller udlån i enkeltstående tilfælde, hvor en påtænkt aktivitet har en nær og særlig relation til klubben. I givet fald skal udlejen/udlånet ske på baggrund af en ansøgning til bestyrelsen, som træffer beslutning under hensyntagen til aktivitetskalender og andre klubaktiviteter.
- Klubhus, klubterræn, bådebro, rampe, møblering og inventar må ikke ændres, hverken indendørs eller udendørs, medmindre bestyrelsens godkendelse foreligger.
- Klubbens både udlånes til besøgende medlemmer fra andre roklubber efter aftale med Materielforvalteren.
- Klubbens både må ikke ændres med mindre Materielforvalterens godkendelse foreligger.

2. Skabe og ejendele:

- Medlemmerne kan disponere over et skab i omklædningsrummene mod en årlig leje på kr.200,00 (skæringsdato 1. november). Skabet skal være forsynet med hængelås. Det påhviler medlemmerne selv at renholde skabene.
- Bestyrelsen har til enhver tid ret til at åbne og tømme et skab, hvis ejeren ikke længere er medlem. Bestyrelsen kan endvidere forlange skabene tømt, fx i forbindelse med renovering.
- Roernes tøj og værdigenstande bør ind låses i skabene. Klubben påtager sig intet ansvar for, hvad der måtte forsvinde.

§ 5 – Bixsen.

1. Område og formål

- "Bixsen" er roklubbens køkkenregion, med tilhørende depotrum, og har til formål at servicere medlemmerne med alle former for drikkevarer mod betaling, som dermed genererer et overskud. Overskuddet overføres ved regnskabsårets afslutning til bådfonden.
- Kassereren fører regnskab for "Biksens" indtægter og udgifter. Til udgifterne regnes alene indkøb af varer med henblik på salg.

2. Drift

- Den daglige drift af "Bixsen" foretages af roklubbens "Biksbestyrer", som sørger for indkøb af varer. "Biksbestyrer" bestemmer udvalget af varer i "Bixsen" og fastsætter priser



i forening med bestyrelsen.

3. Brug og afregning

- Ved normalt daglig brug af "Biksen" og roklubbens lokaler, betales drikkevarer via MobilePay 96901, jf. den til enhver tid gældende prisliste, som står på disken ved lugen. Det er IKKE tilladt at medtage egne drikkevarer, bortset fra vand.
- Ved planlagte særlige aktiviteter og arrangementer i roklubbens lokaler, betales for forbrug jf. den til enhver tid gældende prisliste direkte til kassereren. Det er IKKE tilladt at medtage egne drikkevarer, som kaffe, the eller øl. Ved medtagelse af vin eller spiritus, afregnes "propafgift" jf. gældende prisliste direkte til kassereren, senest en uge efter arrangementet, f.eks. ved brug af "Biksen Afregningsskema".
- Indkøb til større arrangementer kan aftales med Biksbestyrer.
- Gældende priser i "Biksen" er tilgængelige på hjemmesiden, ligesom ved lugen i "Biksen"

§ 6 – Om reglementet.

1. Gyldighed:

- Nærværende reglement er vedtaget af foreningens bestyrelse den 10 oktober 2025 og er gældende fra 1. november 2025.

2. Dispensation:

- Dispensation fra reglementet kan kun gives af bestyrelsen.

3. Overtrædelse:

- Overtrædelse af reglementet behandles af bestyrelsen.
- Ukendskab til reglementet fritager ikke for ansvar.