

Stand Up Paddling Ordnung

beschlossen von der Mitgliederversammlung am 10. Juni 2022

A. Vorbemerkung

Die Einhaltung der nachfolgenden Regeln ist selbstverständliche Pflicht für alle Stand Up Paddler (SUP) und in den Einrichtungen des Wassersportvereins Altwarmbüchen e.V. (WSV). Hierdurch soll die Sicherheit der Stand Up Paddler sowie die Pflege und Erhaltung von Material und Vereinseinrichtungen gewährleistet werden. Verstöße gegen die Stand Up Paddling Ordnung können entsprechend der Satzung des WSV vom Vorstand geahndet werden.

B. Allgemeines Verhalten

1. Das Stand Up Paddling erfordert ständige Vorsicht und gegenseitige Rücksicht. Eine sportlich faire Haltung ist das oberste Gebot.
2. Wer beim Stand Up Paddling teilnimmt, hat sich so zu verhalten, dass niemand geschädigt, gefährdet oder mehr, als nach den Umständen unvermeidbar, behindert oder belästigt wird.
3. Zum Stand Up Paddling muss geeignete Sportkleidung getragen werden.
4. Das Stand Up Paddling birgt in der kalten Jahreszeit besondere Gefahren. Die Sicherheitshinweise im Anhang I sind zu beachten. Vom Verein angebotene Ausbildungen sind wahrzunehmen. Im Winter (1. November bis 31. März) dürfen Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sowie Stand Up Paddling Anfänger nur mit Begleitung des Stand Up Paddling Trainers oder beauftragten Ausbilders und angelegter Schwimm- oder Rettungsweste sowie Wärmeschutzbekleidung Paddeln. Es ist grundsätzlich für jeden Sportler ratsam, in dieser Zeit eine Schwimm- oder Rettungsweste sowie Wärmeschutzbekleidung beim Stand Up Paddling zu tragen. Ebenfalls wird die Mitnahme eines Mobiltelefons in einer wasserdichten Tasche empfohlen. Erwachsene sollten in dieser Zeit nicht allein, d.h. als einzige(r) Stand Up Paddler/in aufs Wasser gehen. Wer davon abweicht, nimmt bewusst ein Risiko in Kauf und tut dies auf eigene Gefahr.
5. Generell dürfen Kinder und Jugendliche des WSV Altwarmbüchen unter 16 Jahren nur mit Begleitung des Stand Up Paddling Trainers oder beauftragten Ausbilders oder mit ihren erziehungsberechtigten Eltern paddeln, sofern diese als WSV-Mitglied über die entsprechende Stand Up Paddling Erlaubnis verfügen. Jugendliche des WSV Altwarmbüchen ab 16 Jahren dürfen grundsätzlich nur zu zweit Stand Up Paddeln gehen, sofern sie über die entsprechende Stand Up Paddling Erlaubnis verfügen. Auch für Kinder und Jugendliche des WSV Altwarmbüchen gilt beim Stand Up Paddling die Shirt-Tragepflicht (siehe Kapitel D, Nr. 3) sowie die bereits unter Nr. 4 genannten Einschränkungen im Winter.
6. Bei Beeinträchtigung durch Alkohol, Übermüdung, Einwirkung von Medikamenten oder Drogen darf nicht gepaddelt werden. Es gelten die einschlägigen Verkehrsvorschriften.
7. In der Dunkelheit ist das Stand Up Paddling untersagt. Bis zum Einbruch der Dunkelheit müssen alle Ausfahrten beendet sein. Ausgenommen sind lediglich offizielle WSV-Veranstaltungen mit Genehmigung des Stand Up Paddling Trainers oder des Vorstandes.
8. Bei Eis, dichtem Nebel, sehr starkem Wind (Schaumkronen) und Gewitter darf nicht gepaddelt werden. Treten diese Witterungsbedingungen erst im Laufe des Stand Up Paddelns auf, ist dies nach Möglichkeit, bei Gewitter unbedingt und unverzüglich, abubrechen.
9. Nichtschwimmer dürfen nicht Stand Up Paddeln. Kinder und Jugendliche („Minderjährige“) müssen ihre Schwimmfertigkeit durch den Besitz zumindest des Deutschen Jugendschwimmabzeichens in Bronze oder einem vergleichbaren Dokument nachweisen.

C. Stand Up Paddling Benutzung

1. Grundsätzlich darf eigene Stand Up Paddling Ausrüstung durch WSV-Mitglieder verwendet werden.
2. Eine Lagerung von eigener Stand Up Paddling Ausrüstung auf dem WSV-Vereinsgelände ist nur vor und nach der Benutzung auf dem Altwarmbüchener See zum An- und Abtransport möglich. Eine Lagerung über Nacht oder längerfristig auf dem Vereinsgelände ist nicht möglich.
3. Die vereinseigene Stand Up Paddling Ausrüstung (Bretter und Paddel) kann verwendet werden, soweit sie nicht gesperrt ist. Die Verwendung ist auf den Altwarmbüchener See beschränkt. Die Spartenleitung kann Regeln und Einschränkung für die Nutzung und Regeln für die Materialpflege festlegen.
4. Jede Fahrt, auch mit eigener Ausrüstung ist vor Beginn in das Fahrtenbuch ein- und nach ihrer Beendigung auszutragen.
5. Die Bretter und Paddel sind nach jeder Fahrt mit Leitungswasser zu reinigen (Ausnahme Frost) und an den vorgesehenen Plätzen abzulegen.
6. Beschädigungen der vereinseigenen Stand Up Paddling Ausrüstung müssen unverzüglich der Spartenleitung, stellvertretenden Spartenleitung oder dem Stand Up Paddling Trainerteam gemeldet werden. Das Stand Up Paddling Material wird dann unverzüglich gesperrt. Unfälle mit Personenschäden beim Stand Up Paddeln müssen unverzüglich der Spartenleitung und dem Vorstand gemeldet werden. Verantwortlich für die Meldung bei Schadensfällen auf Fahrten/Touren außerhalb des Altwarmbüchener Sees ist die Fahrten-/Tourenleitung, bei Schadensfällen in Ausbildung oder Training die Ausbildungs- oder Trainingsleitung, außer beim „freien“ Training.
7. Anfänger werden durch den Stand Up Paddling Trainer oder von ihm beauftragte Mitglieder ausgebildet.
8. Die Benutzung von Stand Up Paddling Ausrüstung ohne die Begleitung von Stand Up Paddling erfahrenen Mitgliedern ist erst nach Freigabe durch den Stand Up Paddling Trainer erlaubt.
9. Fahrten mit mehr als einer Person auf dem Stand Up Paddling Brett und in einer Gruppe sind nur unter folgenden Bedingungen und nach individueller Absprache mit dem Stand Up Paddling Trainer möglich:
 - a. Der Stand Up Paddling Trainer ist mit der Gruppe auf dem Altwarmbüchener See.
 - b. In Verbindung mit Kindern ist nur die Nutzung von Inflatable Stand Up Paddling Brettern gestattet.
 - c. Die Benutzung einer Leash ist Pflicht.
 - d. Immer ein erfahrener Stand Up Paddler befindet sich auf dem Board als Singlepaddler zur Aufsicht.
 - e. Die Gruppe bleibt zusammen. Max. Entfernung zwischen den Gruppenmitgliedern 50m.
 - f. Nur der Altwarmbüchener See-Bereich darf befahren werden.
 - g. Immer in Ufernähe bleiben.

D. Fahrten auf dem Altwarmbüchener See (Hausrevier)

1. Der Altwarmbüchener See ist zusammen mit dem Altwarmbüchener Moor Landschaftsschutzgebiet. Zugleich ist er Naherholungsgebiet mit Badestränden, Schwimmern, Ruderern, Surfern, Freizeitbooten und vereinsfremden Seglern sowie Stand Up Paddlern.
2. Die einzige Einstiegsmöglichkeit zum Stand Up Paddling auf dem Altwarmbüchener See für WSV-Mitglieder ist neben dem Ruderboot-Steg des WSV. Zum Starten und aus dem Wasser kommen ist grundsätzlich im Knien und besonders vorsichtig + langsam zu paddeln.
3. Beim Befahren des Altwarmbüchener Sees durch WSV-Mitglieder mit Stand Up Paddling Ausrüstung ist das offizielle T-Shirt zu tragen, um als Mitglied der Stand Up Paddling Sparte des WSV durch die Seeaufsicht identifiziert werden zu können.
4. Jedes Stand Up Paddling Brett und der Paddler müssen mit einer Sicherheitsleine („Safety-Leash“) während des Fahrens auf dem Altwarmbüchener See verbunden sein.
5. Es dürfen sich maximal 10 Stand Up Paddler des WSV gleichzeitig auf dem See befinden.
6. Den Anweisungen der Seeaufsicht (Segelschule) ist Folge zu leisten.
7. Für Stand Up Paddler des WSV gilt auf dem Altwarmbüchener See der Grundsatz des Rechtsverkehrs. Er ist für das Stand Up Paddling wie folgt konkretisiert (siehe Anlage II): In Fahrtrichtung von der Einstiegsstelle WSV bzw. von der Insel Richtung Hannover wird etwa in der Mitte des Sees gefahren, in Fahrtrichtung aus Richtung Hannover zur Insel bzw. zur Einstiegsstelle WSV ist in Ufernähe auf der dem WSV gegenüberliegenden Seeseite zu fahren. Ausgenommen von dieser Regelung sind offizielle WSV-Veranstaltungen und spezifisch angesetzte Trainings, die durch die Stand Up Paddling Trainer durchgeführt werden und mit vorheriger Genehmigung der Spartenleitung oder des Vorstands.
8. Das Befahren und Anlandgehen des Biotop-Bereichs (Vogelschutzinsel) ist untersagt (siehe Anlage II).
9. Mit Bojen markierte Badebereiche dürfen nicht Befahren werden. Ausnahme: Schwimmbereich am Badestrand Hannover wie folgt: Wenn Bojen zur Kennzeichnung dieses Schwimmbereichs ausgelegt sind, muss in der Nähe des dem Badestrand gegenüberliegenden Ufers gefahren werden. Bei Einfahrt gründliche Ausschau nach Schwimmern halten; im Schwimmbereich langsam und vorsichtig fahren. Schwimmer haben unbedingten Vorrang.
10. Auch außerhalb der gekennzeichneten Badezonen ist mit Schwimmern zu rechnen und ihnen mit Rücksicht zu begegnen.
11. Segelboote und Surfer haben Vorrang. Segelregatta-Areale sind während Regatten zu meiden. Ruderboote und Stand Up Paddler sind gleichberechtigt. Bei Begegnung mit anderen Wassersportfahrzeugen und -geräten, besonders Mietbooten der Segelschule, ist besondere Vorsicht geboten. Steuermannslosen Ruderbooten sowie Rennmannschaften ist besondere Aufmerksamkeit zu widmen. Sie sind zu beobachten und ggf. ist ihnen auszuweichen. Gleichgestellte Fahrzeuge weichen nach Steuerbord aus.

E. Fahrten außerhalb des Altwarmbüchener Sees

1. Fahrten außerhalb des Altwarmbüchener Sees (Tages- und Mehrtagesfahrten, Regattabesuche und Trainingslager) bedürfen der schriftlichen Genehmigung des/der Vereinsvorsitzenden. Dazu ist von der Fahrtenleitung im Voraus ein schriftlicher Antrag (Formular siehe Homepage des WSV) an die Spartenleitung einzureichen. Diese zeichnet den Antrag, wenn keine Bedenken gegen die Fahrt bestehen, ab und leitet ihn an den Vereinsvorsitzenden/die Vereinsvorsitzende weiter.

2. Die offiziellen Wanderfahrten der Stand Up Paddling Sparte werden durch den/die Tourenbeauftragte(n) rechtzeitig ausgeschrieben und sind im Terminplan vermerkt.
3. Für diese offiziellen Wanderfahrten wird das Material durch die Stand Up Paddling Sparte organisiert und das vereinseigene Material eingesetzt.
4. Sollten WSV-Mitglieder außerhalb des Altwarmbüchener Sees und außerhalb der offiziellen Wanderfahrten Stand Up Paddeln wollen, so ist eigenes Material zu nutzen oder entsprechendes Material vor Ort zu mieten. Die Verwendung von Vereinsmaterial ist nicht gestattet.

F. Haftung

Das Stand Up Paddling Material des WSV (Boards, Paddel, Zubehör) ist durch den Verein nicht gegen Schäden versichert. Die Haftung für Schäden, die nicht vereinsintern behoben werden, richtet sich nach den Vorschriften des Bürgerlichen Gesetzbuchs. Sofern der Schaden nicht durch Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit verursacht wurde, kann der Verein auf den Ersatz des Schadens ganz oder teilweise verzichten. Die Entscheidung darüber trifft der Vorstand.

Anlage I zur Stand Up Paddling Ordnung des WSV Altwarmbüchen

Sicherheitshinweise

Einleitung

Wenn Du in kaltes Wasser fällst, ist dein Leben in Gefahr.
Es gibt vieles, was Du zur Vergrößerung deiner Überlebenschancen tun kannst. Aber zuerst musst Du akzeptieren, dass es auch DIR wirklich passieren kann, es wird nicht immer jemand anders sein.

Wie beuge ich vor?

1. Vermeide, allein oder ohne Sicherung zu fahren (Safety-Leash, Rettungsweste).
2. Geeignete Wärmeschutzbekleidung tragen (Neoprenanzug, Schuhe).
3. Wetter beobachten, Vorhersage beachten: bei Eis, dichtem Nebel, sehr starkem Wind (Schaumkronen) und Gewitter darf nicht gepaddelt werden.
4. Fahrt immer vor Beginn im Fahrtenbuch eintragen.
5. Stand Up Paddelausrüstung kontrollieren: Brett/Finne, Paddel, Safety-Leash
6. Mobiltelefon (wasserdicht verpackt) mitführen
7. Immer in Ufernähe bleiben
8. Öfter umschaun, nach Bojen, Treibgut und ähnlichem Ausschau halten
9. Vor Einbruch der Dunkelheit an Land kommen

Beim ins Wasser fallen - was mache ich?

- versuche, die Körperlage beim Eintauchen in das Wasser zu kontrollieren, um möglichst „flach zu fallen“
- beim Fallen vom Brett wegstoßen
- bei einem unkontrollierten Sturz Kopf durch die Arme schützen
- langsam Auftauchen (Stoßgefahr Brett/Finne)
- konzentriere Dich während des Kälteschocks auf das bewusste Atmen und darauf, Mund und Nase aus dem Wasser zu halten (Hände vor den Mund)
- drehe deinen Rücken zu den Wellen
- Brett zwischen Wellen und Körper vermeiden
- Wieder aufs Brett klettern und Brett nie verlassen (gibt Dir Auftrieb)
- nimm dir die Zeit, den besten Weg zur Rettung zu durchdenken
- rufe um Hilfe (Mobiltelefon?)
- Richtung Ufer paddeln als letzten Ausweg. Board dabei nicht verlassen.

Nach der Rettung - Achtung! Kollaps Gefahr

112 - Notruf absetzen.

Sofortiger Transport ins Krankenhaus ist lebensnotwendig, weil das unterkühlte Opfer bei / nach der Bergung einen Kreislaufkollaps erleiden kann oder Herzrhythmusstörungen auftreten können.

Wichtig zu wissen: Das Opfer kann auch noch an Unterkühlung sterben, nachdem es bereits aus dem Wasser gerettet wurde. Die Todesraten in diesem Stadium schwanken zwischen 20 und 80%, je nach Alter, Fitness, Grad der Unterkühlung und der Qualität der medizinischen Behandlung.

Wie können Retter die Gefahr verringern?

- das Opfer in horizontaler Lage aus dem Wasser heben
- es möglichst bewegungslos halten
- weiteren Wärmeverlust vermeiden durch Bedecken mit Textilien oder Ähnlichem und

Transport in eine warme Umgebung

- ggf. Wiederbelebungsmaßnahmen durchführen
- unangebrachte Erwärmung (Alkohol, heißes Wasser) vermeiden.

Fakten

Es ertrinken genauso viele Schwimmer wie Nichtschwimmer. Mehr als die Hälfte der Ertrunkenen war weniger als 15 Meter vom Ufer entfernt. Warum ist das so? Außer Wellen und Strömung beeinflussen mehrere Dinge die Schwimmfähigkeit: Zustand beim Eintauchen, sogenanntes **"trockenes Ertrinken"** (Verschluss des Luftwegs durch Muskelspasmen), Kälteschock, Schwimmstörungen und Unterkühlung.

Wassertemperaturen unter 26.5 °C haben einen negativen Einfluss auf die Überlebenschancen. Die lebensbedrohliche **Kälteschockreaktion** (d.h. unfreiwilliger erster Atemzug - ggf. unter Wasser -, dann schnelles ungeordnetes Atmen) hat ein **Maximum zwischen 10 - 15 °C.**

Sinkt die Rumpftemperatur unter 35° C spricht man von **Unterkühlung**. Der Körper verliert Wärme im Wasser 25 bis 30-mal schneller als an der Luft. 50 % des Wärmeverlustes geht über den Kopf. Anstrengungen, z. B. beim Klettern auf das Brett, beschleunigen die Unterkühlung und reduzieren maßgeblich die Überlebenszeit. Der Körper kühlt bei einer Wassertemperatur von 8 °C in 12 Minuten aus. Schon vorher stellen sich Krämpfe, Schwimmunfähigkeit, Funktionseinschränkungen der Hände und Herzstillstand ein.

Original unter: <http://www.leoblockley.org.uk/documents/cold-water-survival.pdf>

Weitere Information: <http://www.rrk-online.de/rudern/kentern.htm>

FISA Empfehlungen und Hinweise bei kaltem Wasser - zur Unterkühlung - Hypothermie, unter: <https://www.rudern.de/sicherheit>

Anlage II zur Stand Up Paddling Ordnung des WSV Altwarmbüchen

Fahrtordnung der Stand Up Paddler auf dem Altwarmbüchener See

