

CHECKLIST VOOR TOCHTLEIDERS

1 / 2

Voorbereiding

- Tochtplanning kort van te voren maken en je planning volgen
- Aandachtspunten voor je planning;
- Getij
- Tijd
- Plaats
- Route
- Planning laten controleren door anderen
- Gebruik recente kaarten
- Ontsnappingsroute
- Groepsgrootte
- Niveau deelnemers
- Extra uitrustingseisen m.b.t heersende weersomstandigheden
- Tochtleider en plaatsvervanger(wie is eindverantwoordelijke)
- Kaartmateriaal kopiëren
- Gedurende een aantal dagen het weerbericht en golfgegevens via ww. Getij.nl volgen
- Bij telefonische opgave van deelnemers informeren naar recente ervaring en uitrusting
- Deelnemers attenderen op verwachte tochtsituatie en benodigde uitrusting
- Conditie (eigen en anderen)
- Telefoonnummers uitwisselen en opslaan(mobiel, thuis en nood-instanties)
- Accu's opladen van mobiel en marifoon
- Avond van te voren het weerbericht bekijken en op basis daarvan een beslissing nemen m.b.t het weer
- 's Ochtends nogmaals het weerbericht controleren

Uitvoering

- Nogmaals weerbericht controleren
- Materiaal controleren(kleding, veiligheidsuitrusting(sleeplijn),kajak
- Tocht aanmelden
- Voorstelronde
- Vragen naar fysieke en mentale conditie en mensen met gezondheidsklachten en/of

medicijngebruik deze de gelegenheid te geven dit, zo nodig, in vertrouwen te

vertellen

- Globale planning voor de dag doornemen
- Tocht bespreken en samen tot overeenstemming komen van de te varen route

- Weerbericht

- Mogelijke gevaren(luister goed naar de deelnemers wat veroorzaakt hun onrust en

vraag er op door indien nodig)

- Stroming
- Kentering
- Pauzes
- Vluchtroutes(uitwijkmogelijkheden)
- Moeilijke stukken in de tocht
- Vertrektijd en verwachte eindtijd
- Neem what-if scenario's door
- Luister goed naar de deelnemers, Marifoongebruik(kanaal 77 sociaal verkeer)
- Evt Warming-up
- Eventuele oefeningen

Vaarplan

- Groepsleider en plaatsvervanger
- Communicatie(onderling, marifoon, handtekens)
- Reddingen(wie voert ze uit)
- Formatie
- Taken, bevoegdheden en verantwoordelijkheden:
- Voorvaarder
- Achtervaarder
- Reddingen
- Leden van de groep(letten op veiligheid en elkaar)
- Tussentijdse voortgang bespreken

Evaluatie

- Tochtleider geeft een korte indruk van de tocht(Tip:jezelf kwetsbaar opstellen

waardoor je mogelijk betere feedback kan verwachten)

- Leden van de groep feedback laten geven
- Feedback noteren en zo mogelijk de volgende keer toepassen

Terug naar huis

- Let op vermoeidheid bij de thuisreis
- Laat je ophalen of las vaker een pauze in

- Overnacht eerst en rij dan pas naar huis