

## DOEL

De kajakvaarder beheerst technieken om anderen en zichzelf uit het water te redden, en beschikt over vaardigheden om adequate hulp te bieden en te assisteren tijdens een reddingsactie binnen een groep kajakvaarders.

## VOORVEREISTEN

Certificaat WSV Kajakvaardigheid A, of daaraan gelijkgesteld certificaat<sup>[1]</sup>.

## UITRUSTING

Basis:

- redbare kajak<sup>[2]</sup>;
- spatzeil<sup>[3]</sup>;
- zwemvest met fluit<sup>[4]</sup>;
- peddel;
- vaarkleding, geschikt voor onderdompeling<sup>[5]</sup>;
- passende pauze- en/of reservekleding;
- lunchpakket (voor dagtocht);
- noodrantsoen (voor 12 uur)<sup>[6]</sup>;
- warme drank;
- niet-alcoholische drank.

Veiligheid:

- sleeplijn<sup>[7]</sup>;
- reddingszak<sup>[8]</sup>;
- eenvoudige reparatieset<sup>[9]</sup>;
- eenvoudige EHBO-set<sup>[10]</sup>.

## VAARDIGHEDEN PRAKTIJK

Op de wal:

- stabiele zijligging;
- actie bij braken;
- preventie van en indien nodig actie bij onderkoeling;
- preventie van en indien nodig actie bij oververhitting;
- coachen van een zwemmer naar de kant met een lijn en/of een ander voorwerp.

Op / in het water:

- zwemmen in vaarkleding waarbij het zwem- of reddingsvest wordt gedragen;
- met een andere kanovaarder van gelijke niveau een derde redden;
- zelfstandig redden van een andere te water geraakte kanovaarder. De redder bepaalt volgens welke methode de drenkeling (op het water) weer in de boot komt;
- redden van een omgeslagen kajakvaarder en gered worden d.m.v. de eskimo-redding. Dit kan met de punt of parallel worden gedaan. De omgeslagen kajakvaarder verlaat hierbij de boot niet;
- zelfredding<sup>[11]</sup>;
- all-in redding;
- een kanovaarder 20 m verplaatsen d.m.v. contactsleep<sup>[12]</sup>
- een vermoeide kanovaarder 100 m slepen;

- op de juiste manier benaderen van een spartelende zwemmer, deze 100 m vervoeren op de kano;
- zodanig uit de kano springen dat deze rechtop blijft en met de kano naar de kant zwemmen over een afstand van 50 m.

### VAARDIGHEDEN THEORIE

- de kano, uitrusting hiervan en kleding van de kanovaarder;
- kennis nemen van beademing en controle van het bewustzijn en welke hulp geboden moet worden door een EHBO-er;
- eenvoudige eerste hulp en herkennen en behandelen van shock(verschijnselen);
- preventie van en hulp bij onderkoeling;
- preventie van en hulp bij oververhitting;
- hoe vraag je om hulp;
- de kandidaat wordt een typische noodsituatie uiteengezet en zal moeten uitleggen hoe en op welke manier hij actie zal ondernemen.

### TOETSING

Dit niveau wordt aangeboden in de vorm van een veiligheidstraining van 8 uur, bestaande uit praktijk en theorie voor elke kajakvaarder en voor elk type vaarwater. De training wordt gegeven op het soort water waar de kajakvaarder normaal gesproken vaart. Tijdens de training wordt getoetst op actieve deelname en het vlot uitvoeren van reddingsacties.

#### Praktijk:

- op de wal;
- op/in het water;
- door twee kajakinstructeurs<sup>[13]</sup>

#### Theorie:

- wordt mondeling afgenomen;
- gedurende maximaal 30 minuten (indicatie);
- door een kajakinstructeur;

#### Certificaat:

Nadat de onderdelen praktijk en theorie met succes zijn afgerond, ontvangt de kandidaat het certificaat Kajak Veiligheid Test.

### Geldigheid veiligheidseisen

Dit document en de bijbehorende definitie zijn geldig voor de duur van één jaar, waarna evaluatie en eventuele bijstelling volgt. De geldigheid gaat in op 1 januari 2016.

Aldus vastgesteld door het Watersportverbond op 17 november 2015.