



Uluslararası Rafting Federasyonu

Rehber Eğitim Programı için Tavsiye Edilen Minimum İçerik

Augrabies Çalıştayı, Ağustos 1999

1. Amaç

Stajyer adayına botunda güvenle ve beceriyle rehberlik yapabilmesi için öğrenmek zorunda olduğu temel bilgi ve becerileri içeren kontrol listesini sağlamak.

2. İçerik (Rehberler için Tavsiye Edilen Minimum gereksinimlerde belirtildiği gibi)

A. Beceriler

- i. Rafting Teknikleri
- ii. Ekip eğitim ve yönetimi
- iii. Acil durum ve kurtarma teknikleri

B. Bilgi

- i. Malzeme
- ii. Güvenlik ve acil durum yöntemleri
- iii. Çavlan teorisi
- iv. Liderlik
- v. Sinyaller

A. Beceriler

i) Rafting teknikleri

- a) Kürek çekmeler - İleri, arka, dümen, yan çekme, ileri ve geri süpürme, manivela ve/veya sandal tarzı kürek çekim – ileri çekerek, ittirerek ve dönüş;
- b) Yan geçiş - İleri ve geri
- c) Ceplere giriş ve çıkış;
- d) Çavlan okuma - Akarsu özelliklerini bottan ve kıydan okuyabilmek (gözlemlemek);
- e) Çavlan geçiş - Akıntılara, kayalara, dalgalara, çukurlara ve tehlikelerin konumuna ve botun açısına göre rota seçiş ve geçiş;
- f) Suya giriş/karaya çıkış - Botu güvene alarak, kontrollü bir şekilde;
- g) Yüksek taraf;
- h) Çavlanlarda iple bot geçirme/taşıma.

ii) Ekip eğitimi ve yönetimi

- a) Güvenlik Konuşması - Karşılaşılabilecek risklerin açıklanması ve aşağıdaki konuları içermelidir; Yüzdürgeçlerin, kask, ayakkabı ve diğer giyeceklerin doğru ayarlanması, oturma pozisyonu ve kendini sağlama alma, diz çökmenin ve serbest kalan kürek saplarının tehlikeleri, "Akarsuda yüzme pozisyonu" yani, ayaklar yukarıda, sırt üstü, nehir aşağı bakarak, yüzücünün kurtarılması; botun ipini kullanarak, kürek sapıyla, aktif yüzerek(wardsa süzgeçlerin belirtilmesi), kurtarma ipiyle ve güvenlik kayakçısıyla(wardsa), devrilme eğitimi;



Uluslararası Rafting Federasyonu

- b) Takımın yerleştirilmesi - Tecrübe, gücü, çevikliği, ağırlığı, rahatlığı, fiziksel ve tıbbi durumu göz önünde bulundurarak yapılmalıdır.
- c) Kürek çekme teknikleri - Tekniklerin açık bir şekilde gösterilmesi, uygulanması ve yanlışların düzeltilmesi;
- d) Diğer talimatlar - Yüksek taraf, tutunma;
- e) Değerlendirme - Ekibin gücünü ve sınırlarını anlayıp tanıdıktan sonra uygun rotaları belirlemek;
- f) Motivasyon - Ekibe istediklerinizi yaptırabilmek.

iii) Acil durum ve kurtarma teknikleri

- a) Belirli beceriler - Çavlanlarda yüzme, kendini/diğerlerini bota çıkarma, sığ su geçişleri, düğümler dâhil ip teknikleri, kurtarma ipinin kullanılması, emniyeti alma, sabitleme, makara sistemleri, uygun açıyla –yöney- çekim teknikleri, aktif yüzme kurtarışı, bağlama hatları ve çapraz gerilimler, botu tekrar düzeltmek.

B. Bilgi

i) Ekipman

- a) Bot - tasarımı, yapısı, malzemeleri, doğru şişirme ve söndürme sırası, olması gereken hava basıncı, valflar, parçaların isim ve işlevleri, tamir.
- b) Rehber - uygun giyim ve ayakkabı, yüzdürgeç, kask, kürek, kurtarma ipi, bıçak, düdük, bot çevirme ipi;
- c) Müşteri - uygun giyim ve ayakkabı, yüzdürgeç, kask, kürek;
- d) Kurtarma - İplerin kullanımı ve saklanması, yardımcı ipler ve bantlar, karabinalar, makaralar ve diğer donanımlar
- e) İlk yardım - (Rehberler için Tavsiye Edilen Minimum İsteklerde belirtilen seviyede). Sağlık malzemelerinin kullanımı ve saklanması, tur boyunca uygun konumu;
- f) Onarım – Tamir takımının kullanımı ve saklanması
- g) Sabitleme - Sandal tarzı bot iskeletlerinin ve botta taşınan malzemelerin güvenli ve sağlam bir şekilde bağlanması;
- h) Bakım / Önlem – nehirde ve dışında iken, özellikle taşıma esnasında

ii) Güvenlik ve Acil durum yöntemleri

- a) Genel güvenlik - Kazaları arttıran faktörler örneğin alkol/uyuşturucular, uygun olmayan/kötü şekilde korunmuş malzeme, potansiyel nehir tehlikeleri örneğin; süzgeçler, yüksek su, diğer botlarla görsel temas devamlılığının önemi.



Uluslararası Rafting Federasyonu

- b) Genel acil durum yöntemleri - Durum değerlendirmesi, mevcut kaynakları göz önünde bulundurarak karar vermek ve kurtarmayı yürütmek, zaman kısıtlamaları ve güvenlik öncelikleri, ekibi bilgilendirmek ve motive etmek.
- c) Yüzücüler - bota yakın mesafedeki yüzücülerin rehber veya ekip üyeleri tarafından kurtarılması, bota uzak mesafedeki yüzücülerin kurtarılma seçenekleri sırasıyla; belirtilen yöne yüzme talimatı, kürek sapı uzatılarak, botla takip edilerek, kurtarma ipiyle, güvenlik kayakçısıyla ve diğer botlarla gerçekleşir.
- d) Botun dalgaya takılarak yüzmesi (Surf) - Uygun yüksek tarafı kullanmak, adam saymak diğer rehber(ler)le iletişime geçmek, ip kurtarmaları.
- e) Botun kayaya takılması(kravat) - Durgun ortama geçiş, adam sayma, diğer rehber(ler)le iletişim kurma, seçilen yöntemle botun her an hareket edebileceği gerçeği üzerinden yeterli önlemlerin alınması, botu serbest hale getirmek için kravat konumundayken denge noktasının bozulması.
- f) Ayak takılması- seçenekler arasında sığ su geçişleri ve ip kullanımı vardır.
- g) Kayada kalmış ekip üyeleri - Ulaşma mesafesine bağlı olarak en iyi metot ip atma, botla gidip alma, çekme prensipleri uygulanır.
- h) Hipotermi (varsa) - Kaçınmak ve tedavisi

iii) Çavlan teorisi

- a) Uluslar arası derecelendirme sistemi - Bilmek ve yerel örnekler verebilmek;
- b) Nehir özellikleri - Aşağıdaki unsurların hidrolik ve potansiyel tehlikelerini anlamak (varsa): Havuz, dil/ V kanalı, cep, cep çizgisi /hattı, kaynama, girdap, duran dalga, çarpan dalga, durgaç, çukur, dökülen dalga, kravat kaya, oyuk kaya, süzgeç, Elek, Köşe, Keskin düşüş, Boğaz, Düşüş/şelale, Sıkışan yerler, Oluk, Köşe, Yastık

iv) Liderlik

- a) Liderlik ve grup dinamiğinin teorilerini anlamak.
- b) Sorumluluklar.

v) Sinyaller

- a) Görsel - Yön Açık, Cebe giriş, Dur, Acil durum, İlk Yardım isteniyor, Her şey tamam, Yüzücü sayma ve yer belirtme, Botun dalgada takılması, Bot devrilmesi, Güvenlik önlem talebi, kayıp kürek, Pompa ihtiyacı, Mesafenizi açın, Araları kapatın, Hızlanın;
- b) Döndük - 1 x Çalma - Dur/dikkat, 3 x Çalma - Acil durum