

PADLEVETTREGLENE

1. Velg båt som passer til dine ferdigheter og til turen.
2. Sjekk at utstyret er i orden.
3. Kle deg etter vanntemperaturen. Ta med reservetøy.
4. Ha alltid med godkjent padlevest. Gjør det til en vane å padle med vesten på.
5. Overvurder ikke dine egne ferdigheter. Øv deg på redningsteknikker.
6. Dersom du velter, forlat ikke båt eller åre.
7. Ha respekt for vær og vind.
8. Hold god avstand til andre båter. Sørg for å bli sett.
9. Lær deg livredning.
10. Vær miljøbevisst. Vis hensyn overfor naturen. Husk spurløs ferdsel.

(Kilde: Norges Padleforbund(NPF))