



Caibidil 6
Clársheoltóireacht
agus Cláir
Sheaschéaslóireachta

6.1 Oiliúint

Moltar go bhfaigheann daoine a bhíonn ag glacadh páirte i ngníomhaíochtaí clársheoltóireachta agus cláir sheaschéaslóireachta oiliúint fheiliúnach. Tá roinnt scéimeanna oiliúna agus cúrsaí ceadaithe clársheoltóra ar fáil. Is féidir faisnéis a fháil go díreach ó na soláthraithe cúrsa (féach ar Aghuisín 9 le tuilleadh sonraí a fháil faoi na soláthraithe cúrsaí).

6.2 Sábháilteacht Chlársheoltóireachta

6.2.1 Roimh dhul isteach san uisce

- Déan do rigeáil a scrúdú le haghaidh téada atá caite nó feistithe atá scaoilte. Bí cinnte go bhfuil siad uile cléite agus ceangailte i gceart.
- Féach ar staid an chláir. Bí cinnte go bhfuil iall sábháilteachta (i gcás go bhfuil sí feistithe) idir an clár agus an rige.
- Bí cinnte go bhfuil na ceangail coise agus na heití ceangailte go cuí. Déan scrúdú ar bhun an chrainn seolta. Bí cinnte go bhfuil dea-staid ar an bpríomh-alt agus rian an tseoil.
- Cuir in iúl do dhuine éigin ar an gcladach faoin áit a bhfuil tú ag dul agus an t-am a bheidh tú ar ais.
- Bíodh páirteanna spártha atá riachtanach, líne rigeála spártha, téad tarraingthe 4 méadar, bratach dayglo nó mionbhladh agus feadóg chun aird a tharraingt. Is féidir na rudaí seo a iompar i



bpóca úma nó i mála básta.

- Déan seiceáil ar an aimsir áitiúil agus ar an réamhaisnéis don cheantar farraige ina bhfuil sé i gceist agat dul ag seoltóireacht.
- Seachain a bheith ag seoltóireacht i ngaoithe farraige agus bí ar an eolas faoi thionchar na sruthanna taoide atá in ann tú a tharraingt amach chun na farraige nó amach ó do phointe tosaithe.
- Bí cinnte go bhfuil d'ainm agus d'uimhir teagmhála marcáilte ar do chlár. Nuair is féidir, cuir téip ais-fhrithchaiteach ar chabhail an chláir.
- Ná bí ag seoltóireacht leat féin. Is fearr é a dhéanamh i gcomhlúadar.

- Roghnaigh ionad clársheoltóireachta aitheanta inar féidir leat a bheith ag foghlaim ó chlársheoltóirí eile. Ba cheart do thosaitheoirí fanacht in uisce faoi fhoscadh.
- Bí san airdeall ar fhodhlíthe áitiúla. Ná bí ag seoltóireacht riamh i gceantair atá faoi chosc nó i gceantair atá plódaithe le daoine atá ag snámh.
- Seachain gaoithe farraige go dtí go bhfuil taithí mhaith agat, mar bíonn sé i bhfad níos deacra a bheith ag seoltóireacht ar ais i gcoinne na gaoithe, nuair atá tú tuirseach nó cloíte.
- Bí cinnte faoin gcumas atá agat chun tú féin a shábháil le rig ar bith a bheadh in úsáid agat. Má tá tú in amhras, bain triail as in áit sábhailte.
- Bí gléasta i gceart – moltar duit culaith fhliuch a chaitheamh (ach amháin má tá sé an-te) chomh maith le hata, grianbhac agus muinchillí fada chun tú féin a chosaint ón ngrian.
- Moltar gur chóir go gcaithfeadh daoine a bhíonn ag glacadh páirte i ngníomhaíochtaí clársheoltóireachta GSP/seaicéad tarrthála.
- Bíodh tuiscint agat ar an teorainn phearsanta atá agat. Má tá tú in amhras, ná téigh amach.
- Seachain an díhiodráitiú. Ól go leor uisce.

6.2.2 Ar an uisce

- Bí ag seoltóireacht go cúramach nuair a fhágann tú agus nuair a



fhilleann tú chuig an gcladach, ionas nach mbuailfidh tú an talamh nó nach mbuailfidh tú i gcoinne daoine eile.

- Na bí ag seoltóireacht níos faide ón trá ná mar is gá.
- Seachain imbhualladh.
- Fan le do chlár, cibé a tharlaíonn. Is é an cúnamh snámha is mó atá agat. Bain úsáid as na comharthaí guaise láimhe idirnáisiúnta más gá (ardaigh agus ísligh do lámha go mall arís agus arís eile agus iad sínte amach ó thaobh go taobh).
- Bí ar an eolas faoi hipiteirme agus fág an t-uisce má thagann na comharthaí siúd ort (creathadh, eanglach agus droch-chomhordú).

6.3 Cumann Náisiúnta

Tá club comhcheangailte de Chumann Seoltóireachta na hÉireann é an Cumann Clársheoltóireachta na hÉireann (IWA) agus tá sé mar an gcomhlacht

rialála do chlársheoltóireacht iomaíoch. Eagraítear imeachtaí clársheoltóireachta de réir threoirlínte sábháilteachta an IWA (féach ar Aguisín 10 do na sonraí teagmhála).

6.4 Cláir Sheascháilíreachta (CSC)

Rinneadh forbairt le déanaí ar an gclár fada surfála traidisiúnta a chuir céaslaí leo chun uisce ciúin na lochanna, inbhear agus limistéar cósta a loingsiú.

Nuair a úsáidtear iad i gcomhair loingseoireachta (.i. lasmuigh de

ghníomhaíochtaí surfála agus snámha), féachtar ar CSC mar árthaí agus tá siad faoi réir riachtanais na n-árthaí áineasa mar sin.

Má táthar ag úsáid CSC chun uisce ciúine na lochanna, inbhear nó limistéar cósta a loingsiú, ba chóir na réamhchúraim seo a leanas a ghlacadh:

6.4.1 Roimh dhul isteach san uisce

- Caith éadach cuí, m.sh. culaith fhliuch.
- Caith GSP oiriúnach le feadóg

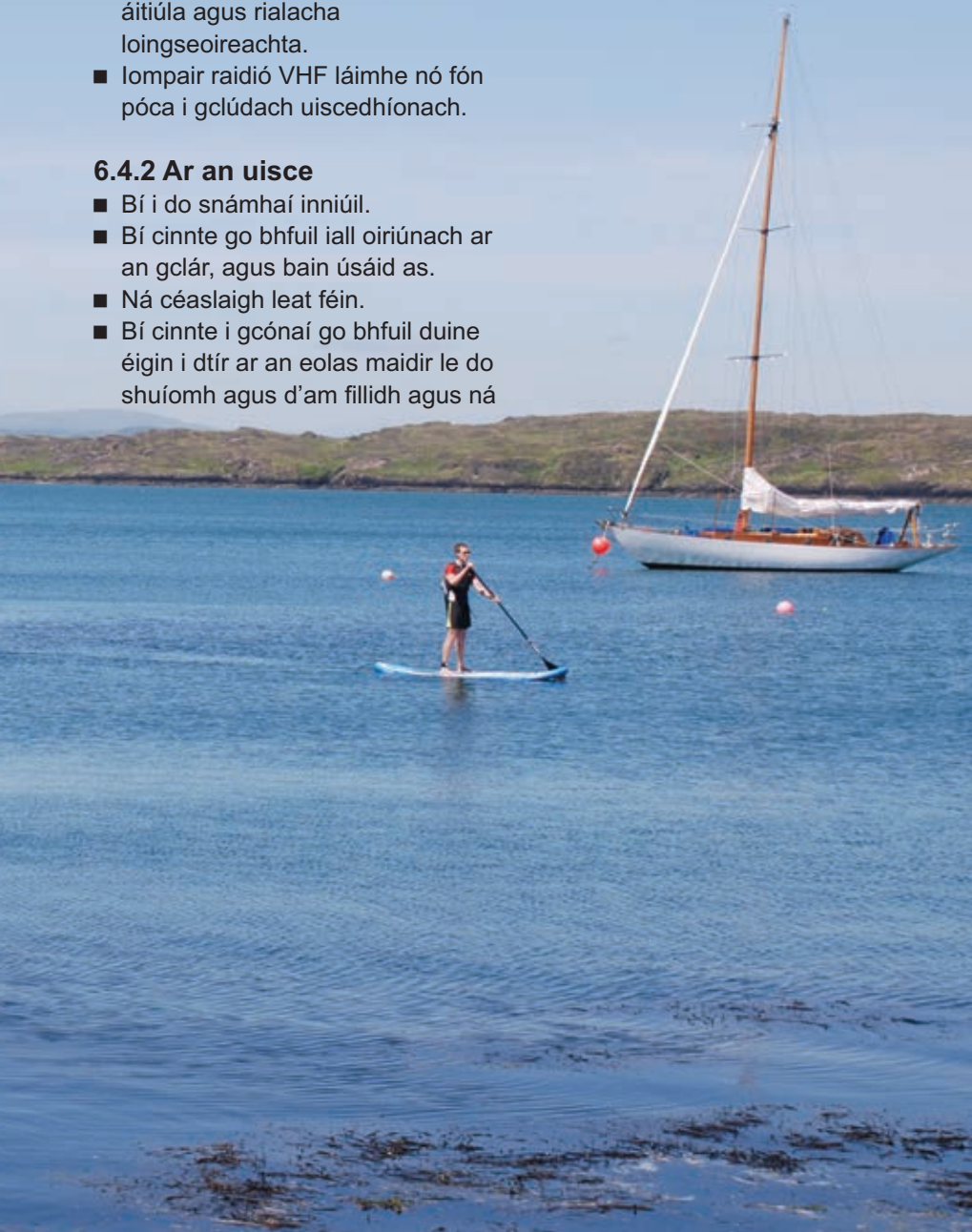
- chun aird a tharraingt.
- Faigh oiliúint le soláthraí cúrsa ceadaithe.
 - Bíodh a fhios agat conas bád eile a tharraingt ar téide.
 - Bí san airdeall ar aon fhodhlíthe áitiúla agus rialacha loingseoireachta.
 - Iompair raidió VHF láimhe nó fón póca i gclúdach uiscédhíonach.

6.4.2 Ar an uisce

- Bí i do snámhaí inniúil.
- Bí cinnte go bhfuil iall oiriúnach ar an gclár, agus bain úsáid as.
- Ná céaslaigh leat féin.
- Bí cinnte i gcónaí go bhfuil duine éigin i dtír ar an eolas maidir le do shuíomh agus d'am fillidh agus ná

céaslaigh san oíche.

- Ná céaslaigh ach amháin in uisce atá oiriúnach agus sábháilte. Tuig na heilimintí agus na contúirtí – gaoithe, réimsí taoide agus sruth.



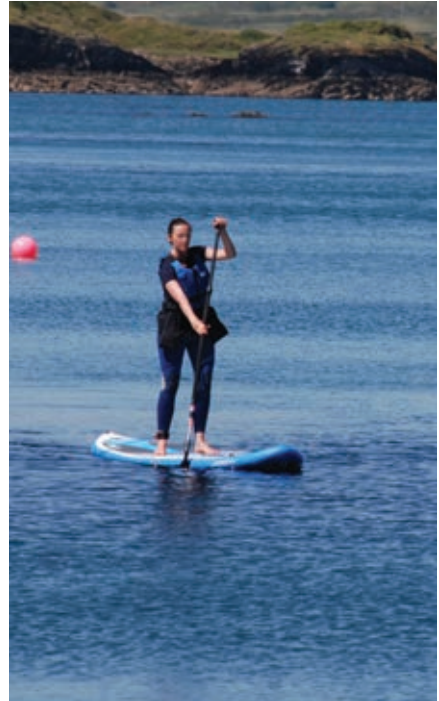


6.5 Cumann Náisiúnta

Is é Cumann Seoltóireachta na hÉireann an comhlacht rialála náisiúnta do ghníomhaíochtaí Clár Seaschéaslóireachta in Éirinn (tá sonraí teagmhála le fáil in Aguisín 10).

6.6 Gníomhaíochtaí eile uiscebhunacha

Cé go bhfuil an Cód Cleachtas seo dírithe go príomha ar oibriú sábháilte d'árthaí inseolta áineasa áirithe, tá cuid mhaith gníomhaíochtaí eile uiscebhunacha lena bhfuil oiliúint, eolas agus feasacht sábháilteachta cuí chomh tábhachtach céanna leo.



Leis an méadú éilimh ar ghníomhaíochtaí cosúil le surfáil agus surfáil eitleoige, díritear aird ar réimse bileog faisnéise agus treoirilínte atá ar fáil le féachaint orthu nó le híoslódáil ar an suíomh gréasáin www.safetyonthewater.ie agus ó Chomhlachtaí ar nós Sábháilteacht Uisce na hÉireann ar www.iws.ie agus Cumann Surfála na hÉireann ar www.irishsurfing.ie.