



Koninklijke Dordrechtsche Roei en Zeilvereeniging



Afroeieisen voor aantekening:

- benodigd voor:
- te behalen in:
- voorwaarden:

Sturen 2:

het sturen in gestuurde gladde boten
gladde 4x+,
in bezit van Scullen 4 en Roeivaarbewijs

De stuurman/-vrouw verkrijgt deze aantekening wanneer hij of zij bij het afroeien minimaal voldoet aan onderstaande eisen

**De vaardigheden zoals vereist bij Sturen 1 gelden onverkort voor Sturen 2.
Daarbij de volgende aanvullingen:**

Roemateriaal en bemanning inschrijven en materiaal naar buiten brengen:

De stuurman/-vrouw:

- brengt de boot met hulp van de bemanning, volgens procedure, naar buiten
- legt bij het buitenvlot de boot tegenstrooms te water

Roeien:

De stuurman/-vrouw:

- geeft zo nodig aanwijzingen om het roeibeeld te verbeteren
- kan oefenvormen ter verbetering laten uitvoeren
 - haaldiepte vaststellen
 - roeien met vaste bank
 - roeien met oplengende bank
 - slifferend roeien
 - roeien met vast blad
 - roeien met stops
 - veilig boord maken
- kan coachend varen
 - starten
 - slagtempo
 - slaglengte
 - kracht

Uitstappen en opruimen:

De stuurman/-vrouw:

- laat schragen klaar zetten
- laat de boot, bij stevige wind, met de windrichting mee in de schragen leggen of droogt de boot in de loods
- laat de boot nooit onbeheerd achter
- laat riemen naar boven brengen maakt deze droog en ruimt ze op

*) Extra aantekening benodigd voor:

- sturen op boeg
- sturen met voetroer



Koninklijke Dordrechtsche Roei en Zeilvereniging



Checklist/beoordelingslijst voor aantekening:

Sturen 2

Kandidaat: Voornaam: Achternaam: Geb.dat.:

O V

Veiligheid:

De stuurman/-vrouw:

- controleert of er sprake is van een vaarverbod, besluit om al of niet te gaan varen
- beoordeelt weers- en vaaromstandigheden
- beoordeelt de bemanning (conditie/vaardigheid)
- controleert de boot
- houdt zich aan vaarregels en toont goed 'zeemanschap'

Leiding geven:

De stuurman/-vrouw:

- heeft de leiding en geeft duidelijk leiding aan de bemanning
- is en toont zich verantwoordelijk voor materiaal en roeiers

Roemateriaal en bemanning inschrijven en materiaal naar buiten brengen:

De stuurman/-vrouw:

- schrijft met behulp van het inschrijfsysteem de boot en bemanning in
- brengt de boot met hulp van de bemanning volgens procedure naar buiten
- legt de boot tegenstrooms te water en maakt met hulp van de bemanning de boot vaarklaar

Materialenkennis:

De stuurman/-vrouw:

- kan e.v.t. schades of onvolkomenheden signaleren en melden

Instappen:

De stuurman/-vrouw:

- laat de bemanning op commando in de boot stappen
- laat dolklepjes waterzijde sluiten
- laat voetenborden afstellen en controleert de afstelling
- stapt als laatste in. Waarschuwt vooraf de bemanning met "stuurman/-vrouw stapt in"

Roeien:

De stuurman/-vrouw:

- checkt het vaarwater en vaarverkeer voor uitzetten
- laat de boot slappend uitzetten en van het vlot wegvaren
- geeft zo nodig aanwijzingen om het roeibeeld te verbeteren
- kan oefeningen ter verbetering van het roeibeeld laten uitvoeren
- kan coachend varen

Stuurvaardigheden:

De stuurman/-vrouw:

- kan de koers verleggen door de bemanning sterk aan één boord te laten halen, strijken, houden
- kan laten houden aan één of beide boorden
- kan een noodstop laten maken
- kan rond laten maken met rijdend bankje
- kan laten strijken over één en beide boorden
- kan laten slippen aan één en beide boorden
- kan laten roeien op verschillende tempi en slaglengte
- kan één boord laten hooghouden (uitdrukken)
- kan halend en strijkend aanleggen (aan vlot, wal of remmingswerken) zonder de vlot, wal of remmingswerk te raken

Uitstappen en opruimen:

De stuurman/-vrouw:

- stapt als eerste uit. Waarschuwt vooraf de bemanning met "stuurman/-vrouw stapt uit"
- houdt de boot stabiel, juist vrij van het vlot en laat dolklepjes waterzijde openen
- laat de bemanning op commando uitstappen
- haalt in ploegverband de boot volgens procedure uit het water, maakt deze schoon en droog, brengt de boot in de loods
- laat riemen naar boven brengen maakt deze droog en ruimt ze op
- meldt de boot terug

Datum :-20...

O V

Afroeicommissieleden

Uitslag proeve