

**WSV BINNENMAAS**



## **INSTRUCTIEBOEK STUREN**

Dit instructieboek is eigendom van

---

## INHOUDSOPGAVE

	PAG.
<b>H1 ALGEMEEN</b>	5
1.1 EXAMEN STUREN	5
1.2 ALGEMEEN BOTEN	7
1.3 LEIDING GEVEN	7
1.4 COMANDO'S GEVEN	7
1.5 ROEIEN MET BEGINNENDE ROEIERS	8
1.6 VAARVERBOD	8
<b>H2 DE BOOT, ONDERDELEN EN DRAGEN</b>	
2.1 AFSCHRIJVEN MANKEMENTEN EN SCHADE	9
2.2 NAAR BUITEN BRENGEN	9
2.3 IN- EN UITSTAPPEN	13
2.4 BOOT UIT HET WATER HALEN	15
<b>H3 VAREN</b>	
3.1 ALGEMEEN, GEBRUIK VAN HET STUURTJE	16
3.2 DE BOOT STILLEGGEN	16
3.3 NOODSTOP	16
3.4 WEGVAREN	16
3.5 KOERS HOUDEN, KOERS VERANDEREN	17
3.6 KRACHT VAN DE HAAL VERANDEREN	17
3.7 FOUTEN MAKEN EN CORRIGEREN	18
3.8 WEINIG VAARRUIMTE	18
3.9 WIND EN STROMING	18
3.10 OVERIGE OPMERKINGEN	19
<b>H4 MANOEUVREREN</b>	20
4.1 BOCHTEN DRAAIEN ZONDER VAART	20
4.2 BOCHTEN MET VAART	22
4.3 RONDEN	24
4.4 HAVEN IN- EN UITVAREN	25
4.5 DUKDALF	27
<b>H5 BORDEN</b>	29
<b>STAGE-ACTIVITEITEN</b>	34

### INSTRUCTIEBOEK STUREN

Ontwerp en redactie: **Els Giessenburg, Arno de Koningh en Koen van Beek**  
Lay-out: **Peter de Nobel, ReklameSuper - Oud-Beijerland**



## 1 ALGEMEEN

### 1.1 EXAMEN STUREN

Sturen tijdens het roeien bij roeivereniging Binnenmaas op de Binnenmaas is relatief eenvoudig. Er zijn weinig obstakels, weinig andere roeiers, er is veel ruimte om uit te wijken en weinig keuze bij de manier van aanleggen. Vaak zijn er echter wel veel zeilers en motorboten gelijktijdig op het water.

Sturen in het algemeen, maar zeker bij andere verenigingen, op andere wateren, vraagt de nodige kennis en ervaring. Daarom wordt deze cursus afgesloten met een examen.

Met deze stuuropleiding bereik je ten eerste niveau 2 (mits je 2 disciplines van het roeien hebt behaald) en ten tweede toestemming en de vaardigheid een boot te sturen tijdens tochten en wedstrijden (bij andere verenigingen). Met dit diploma mag je tevens participeren in de uitvoering van dit stuurlesscurriculum bij andere belangstellenden.

In deze handleiding wordt beschreven welke kennis en vaardigheden je onder de knie dient te krijgen om het stuurexamen te behalen. Deze handleiding bestudeer je per onderdeel vòòrdat je begint aan de oefeningen. Als je van tevoren weet wat je wanneer moet zeggen, kun je relatief snel het diploma behalen.

Een deel van de inhoud is al bekend; deze is al tijdens het eerste roei-examen getoetst. Voor de volledigheid wordt in deze cursus de relevante lesstof herhaald. De inhoud van de basiscursus roeien wordt overigens als bekend verondersteld.

#### De opzet van deze cursus sturen:

1. In deze cursus lees en leer je door de aangegeven hoofdstukken vòòr de les te bestuderen. (werkwijze: lezen, leren, visualiseren en droog oefenen)
2. Het leerwerk wordt gevolgd door de instructie in de praktijkles (werkwijze: presenteren en oefenen in specifieke situaties met antwoorden op de vragen die uit het leerwerk voortkomen)
3. De instructie wordt afgerond met de evaluatie en voorbereiding van de volgende les (werkwijze: algemene en specifieke feedback en vooropdrachten)
4. De daarop volgende les(sen) word(t)en gebruikt om meer te oefenen met de reeds besproken onderwerpen. Ook een nieuw behandeld onderdeel zal je volgens het eerder genoemde systeem je eigen dienen te maken
5. Hiermee is een pakket van 10 lessen samengesteld, waarbij de stof volgens het principe: leren, instructie, oefenen en toetsen afgewerkt wordt
6. De behandelde onderdelen worden door de instructeurs getoetst volgens onderstaand schema. Hiervan afwijken kan als dat nodig blijkt te zijn
7. Je verzamelt zo "krullen" (naamgeving deelnemer stuurlessen 2015)
8. De instructeur(s) geven je dan bij voldoende positief resultaat een positief advies, zodat je op kunt gaan voor het examen sturen.

## Exameneisen:

Opgaan voor het stuurexamen van WSV Binnenmaas is mogelijk voor roeileden van de WSV die:

- de stuurlessen actief hebben gevolgd en zo de "krullen" verzameld hebben en
- de leerstof beheersen (kennen, kunnen en met inzicht uitvoeren) en
- een ingevuld stageboekje overhandigen waarin het bewijs van voldoende oefening geleverd wordt en een positief advies van de instructeur(s) hebben gekregen.
- Juist\*) gebruik van de commando's ( \*) passend, vlot, kort en krachtig geven);
- Overzicht\*) hebben op de ploeg; ( \*) de ploeg reageert passend op je opdrachten, dit zegt meer over jouw vaardigheden, dan over de ploeg.....)
- Leidinggeven bij het in- en uitbrengen van de boot;
- Kennis van de voornaamste regels uit het vaarreglement en voorrangregels op het water;
- Correct aanleggen (ook aan lager wal);
- Ronden in smal water;
- Kunnen manoeuvreren om en langs obstakels heen;
- Oog hebben voor veiligheid;
- De vaardigheden van de ploeg juist inschatten en adequaat benaderen/ instrueren;
- Onverwachte, onbekende situaties doorzien en kunnen begeleiden;
- Aantoonbaar inzicht hebben en kunnen anticiperen, d.w.z. snelheid en wendbaarheid van de boot op de juiste wijze kunnen beoordelen;
- De boot digitaal afschrijven en schadeafhandeling in gang kunnen zetten;
- Kennis van de bootonderdelen.

Deze handleiding beschrijft alleen de basisoefeningen. Tijdens het examen zal de examinator je diverse andere oefeningen laten verrichten. Hiermee wordt je inzicht en het doorzien en inspelen op onverwachte situaties worden getoetst. We gebruiken steeds de woorden roeiers en stuurman, maar dit kunnen natuurlijk net zo goed roeisters en stuurvrouw zijn!

Inhoud: Leren vòòr volgende les:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Algemeen 1,2.1,2.2,2.4	I									
2. In- en uitbrengen 2.3 3.1,3.2	L	I	O	O	O	T				
3. In- en uitstappen 4.4 3.3, 3.4		L	I	O	O	T				
4. Wegvaren en aanleggen 4.1.1 3.5, 3.6			L	I	O	O	O	T		
5. Halen en strijken 1 4.1.2 3.7,3.8				L	I	I	O	O	T	
6. Halen en strijken 2 en van de kant afkomen 4.2					L	I	O	O	T	
7. Bochten maken 4.3 3.9, 3.10						L	I	O	O	T
8. Ronden 4.4							L	I	O	T
9. Object in het water Gehele boek en borden								L	I	T
10. Oefenwensen Zelfstudie									L	

L: Leren voorafgaand aan de volgende Instructieles I: Instructie geleerde O: Oefenen geleerde T: Toetsen N.B. De vermelde stof achter een titel is de vooraf te bestuderen stof voor de volgende les. Op deze specifieke stof ligt in de betreffende les de focus.

## 1.2 ALGEMEEN EN BOTEN

Sturen wordt geoefend in een Ov4+, een C4+ of C3+ (scullen of boorden).

Nogmaals: stuurboord en bakboord.

Vanaf de stuurplaats gezien is de rechterkant van de boot stuurboord en groen gemarkeerd; de linkerkant van de boot is bakboord en rood gemarkeerd.

N.B. De roeiers zitten achterstevoren en "zien" stuurboord dus als "links".

Voor de roeier dus: de linkerriem is de stuurboord riem, de rechterriem is de bakboordriem. De rechter- riem heeft een rode markering (ezelsbruggetje: Rood is Rechts van de Roeier, RRR) Let voor je wegvaart goed op of de riemen correct in de dollen zijn gelegd, of de overslagen dicht zijn en of de dollen de juiste kant op wijzen (waarom? ).

Zorg ervoor dat je stuur- en bakboord snel en goed kunt benoemen. (tip: met rode/groene viltstift/tape een vinger deels kleuren)

## 1.3 LEIDING GEVEN

De roeiers volgen de slag en de slag doet wat de stuurman hem opdraagt. De roeiers mogen niet zelf initiatieven ondernemen, omdat zij vaak de situatie niet kunnen overzien. Meerdere kapiteins op één schip kunnen bovendien veel problemen opleveren. Wil een roeier iets gedaan krijgen, dan vraagt hij dat aan de stuurman. Als een roeier een gevaarlijke situatie ziet waarvan hij denkt dat de stuurman het niet gezien heeft, dan moet hij dat de stuurman (leren) melden. Als je weer terug op de wal bent, is het altijd zinvol met de stuurman in gesprek te gaan over tips en tops. Vooral tijdens het oefenen is het erg leerzaam voor de stuurman als de roeiers ook de overduidelijk foute commando's precies zo uitvoeren zoals de stuurman het zegt.

Uiteraard bedankt een roeiploeg de stuurman altijd!

## 1.4 COMMANDO'S GEVEN

Houd de commando's kort en geef ze in staccato-vorm. Laat geen twijfel in je stem doorklinken, want dan gaan de roeiers vaak ook twijfelen of soms erger: op eigen houtje initiatieven ondernemen. Je kunt veel doen met de intonatie van je stem. Kom je bijvoorbeeld bijna tegen de kant aan en je wilt dat de roeiers direct reageren dan doe je dit door je stem te verheffen en zeer resoluut en snel je commando's te geven.

Let vooral op wanneer je commando's geeft (de timing). Het heeft bijvoorbeeld geen zin om te zeggen 'klaarmaken voor instappen gelijk' als mensen nog met elkaar in gesprek zijn. Zo ook voor uitstappen gelijk. Als mensen nog bezig zijn hun overslag los te maken (commando: overslagen los), moet je nog even wachten met je commando "uitstappen gelijk". Met "Opgelet" brengt je richting in het luisteren aan.

## 1.5 ROEIEN MET BEGINNENDE ROEIERS

Als er roeiers in de boot zitten met weinig ervaring, dien je er rekening mee houden dat de roeiers nog moeten leren adequaat te reageren. Het komt ook regelmatig voor, dat een roeier stuurboord en bakboord door elkaar haalt. Je kunt problemen voorkomen door extra duidelijkheid te verschaffen: Bv. in dit geval bakboord en stuurboord ook met je hand aan te geven. Ook gaan sommige beginnende roeiers soms halen als je strijken zegt. Je kunt de roeier dan bv. verbeteren door te zeggen: "strijken is de riem van je afduwen".

## 1.6 VAARVERBOD

Je mag niet roeien bij:

- Mist (als je de overkant van de Binnenmaas niet kunt zien, mag je NIET uitvaren)
- Harde wind of storm (vanaf windkracht 5, in de winter 4)
- Aanwakkerende wind richting 5, respectievelijk 4
- Onweer of kans op onweer
- De moeilijkste: bij een in te schatten weersverslechtering bij bovengenoemde punten binnen de geplande roeitocht
- Ijsgang
- Vorstverwachting binnen 24 uur (uiteraard geldt dit niet voor kunststof boten)
- Bijzondere gebeurtenissen zoals bijvoorbeeld wedstrijden.



foto: [www.nufoto.nl](http://www.nufoto.nl)

## 2 DE BOOT, ONDERDELEN EN DRAGEN

Het is belangrijk dat je in de boot allemaal dezelfde taal spreekt. Daarom is het noodzakelijk dat je alle onderdelen van de boot goed weet te benoemen. De roeiers weten dan direct wat je bedoelt.

Kijk dus de onderdelen van de boot nog een keer na (zie Basis Instructie Cursus).

### 2.1 AFSCHRIJVEN, MANKEMENTEN & SCHADE

Het is verplicht een boot af te schrijven. Zelfs als de computer niet zou werken, moet eventueel achteraf en op een gevingeerd tijdstip de boot afgeschreven zijn. De stuurman reserveert en bevestigt de boot. Als er een onderdeel mist of niet goed werkt (bijvoorbeeld er mist een schroefje of het bankje rolt niet goed), dan herstel je dit voor vertrek. Erna vul je digitaal een schadeformulier in. Er wordt dan een email naar de materiaalcommissie verzonden. In principe probeer je de opgemerkte schade in overleg met je bemanning op te lossen. Telefonisch overleg met de coördinator onderhoud is een onderdeel hierbij. Tevens dien je als stuurman te controleren of het niveau van de roeiers overeenkomt met de niveau-eisen die aan de boot gesteld zijn.

### 2.2 NAAR BUITEN BRENGEN

#### 2.2.1 Riemen en roer

In principe ligt een boot zo kort mogelijk aan de kade. Na het afschrijven van de boot breng je eerst de riemen, het roertje en eventueel het stuurkussen naar de kade. In principe zorgt een ieder voor de eigen materialen. Persoonlijke voorbereidingen zijn voorafgaand getroffen.

#### 2.2.2 Boot tillen

De dragers nemen hun toegewezen plaats in door het commando '**Aan de boorden**'. Tip: bij roeiplaats 2 en 3 stellen twee roeiers zich op. Roeiers 1 en 4 gaan naar het midden van de stelling aan de "binnenkant" zover mogelijk aan het uiteinde naar de drager. Het is belangrijk vooraf goed te kijken hoe de boot ligt. Waar ligt de boeg? (altijd richting uitgang behalve de BZN en de Hymir) Kijk naar het merkteken ter hoogte van de dragers.

De stuurman tilt de boot bij één van de punten. Hij heeft hierdoor maximaal overzicht op wat er gebeurt. Probeer, zo mogelijk, om bij het tillen mensen met dezelfde lengte tegenover elkaar te laten staan. Houdt de boot vast en til aan spanten of aan draagbalken (NIET aan kruisverbanddelen of diagonalen!).

Hebben de roeiers de boot nog niet vastgepakt, dan geef je het commando '**Aan de boorden**'. Hierna volgt: '**Tillen gelijk**'. De boot dient los te komen van de steunen. Til vanuit de benen met rechte rug. Let er op, dat de boot op een juiste hoogte getild wordt, waardoor hij de andere boten niet raakt. (commando '**laag- hoog-houden**' en '**let op de riggers aan stuur- bakboord**'). Soms moet de boot ook gekanteld worden, om goed uit de stelling getild te worden.

### 2.2.3 Naar 'buiten' dragen en te water laten

Sinds we een loods hebben (2014) spreken we met recht over naar buiten dragen. Ook spreken we regelmatig over het vlot, terwijl W.S.V. Binnenmaas eigenlijk alleen een kade heeft. We hanteren dus de algemene roeitermen.

Als een boot ondersteboven in de stelling ligt, moet hij eerst gedraaid worden. Daarvoor geef je het commando 'draaien naar zee' of 'draaien naar land'.

Bij zware boten is het verstandig de boot eerst even in de singles te leggen, alvorens hem te water te laten. Het is de taak van de stuurman om te controleren of deze goed klaarstaan, alvorens de boot te gaan tillen.

Om te voorkomen dat je later moeite hebt met het inleggen van de riemen, moeten de overslagen losgemaakt worden als de boot in de singles ligt. Als de tillers dit niet uit zichzelf doen, geef je het commando 'overslagen los'.

Boten met een kielbalk, waarop een metalen (of kunststof strip) is gemonteerd, zoals de C3 en C4 kunnen over deze kielbalk - dwars op het vlot - in en uit het water geduwd worden. Dit kost minder kracht. Eerst wordt de achterkant in het water gelegd, - aan de boegzijde zit immers ook een touw en loopt schuin op - en vervolgens begeleiden de roeiers de boot bij het verder het water inschuiven. Als de boot eenmaal in het water ligt, kun je 'm langs de kant trekken en de riemen erin leggen.

Gladde boten, skiffs, de C4+-'en de Sidonia worden direct in het water gelegd. Na het uit de stelling tillen lopen de roeiers naar de walkant. Iedereen staat dan zo dicht mogelijk bij het water (tenen aan de rand van het vlot). De stuurman geeft, als de boot boven het hoofd getild wordt, eerst het commando 'voor de buiken' en hierna 'tenen aan de rand van het vlot en vervolgens wegzetten gelijk'. Het spreekt voor zich dat deze commando's kort na elkaar gegeven worden, want de boot is zwaar.

#### De techniek vanuit ons basisinstructie-lesboek is als volgt:

De belangrijkste commando's bij het naar buiten brengen van een boot zijn:

- **'aan de boorden'**
- alle roeiers plaatsen hun handen aan de boordrand, verdeeld over de lengte van de boot.
- de roeiers aan de uiteinden van de boot staan aan de binnenkant van de stelling, de andere (twee) roeiers stellen zich op aan de buitenkant
- **'tillen gelijk ... nu'**
- alle roeiers tillen op 'nu' gelijktijdig de boot iets omhoog zodat deze loskomt van stelling. Diegene die de commando's geeft er op let dat er geen stelling of andere boten (let vooral op de dollen!) worden geraakt. Daarna tillen de roeiers de boot de loods uit richting het water.
- **'in de handen'**
- alle roeiers laten de boot gelijktijdig en rustig zakken in de handen, gestrekte armen. Hierbij goed opletten, dat de riggers niets raken!

Afhankelijk van de boot en de plaats in de loods kan de boot nu naar buiten worden gedragen/ op de schouders. In het laatste geval volgen de commando's:

- **'boven de hoofden ... nu'**
- de boot wordt boven de hoofden getild. Let op: dames en junioren kunnen een zware boot vaak niet in 1 keer boven hun hoofd tillen. Dan volgt een tussenstap:
- **'op de schouders'**
- waarna vervolgens bovenstaand commando gegeven kan worden.

Tijdens het lopen van/naar loods of water kan de boot ook op de schouder gedragen worden:

- **'linker/rechter schouder'**
- afhankelijk van het zicht van de roeiers kies je voor de linker- of rechterschouder. Alle roeiers moeten hun gestrekte arm goed strekken en de boot goed rechtop drukken. Hoe schuiner de boot, hoe zwaarder tillen!

Boten die op hun kop in de stelling/loods liggen, moeten eerst gedraaid worden. Welke kant je opdraait, maakt niet uit. Soms neigt een boot al een bepaalde kant uit; het is dan logisch voor die kant te kiezen. Draaien naar zee is in de richting van het water; naar land is juist de andere kant op.

- **'draaien naar zee / land ...nu'**

Op het vlot zorgt de 'stuurman/-vrouw' er eerst voor dat de boot (niet zijnde een C-boot, daar geldt een andere routine voor) voor de buiken gebracht wordt: alle roeiers staan dan aan dezelfde kant van de boot, de open zijde van de boot wijst naar boven. Als de boot nog op de linker- of rechterschouder gedragen wordt, dan volgen de commando's:

- **'boven de hoofden'**
- De boot wordt gelijktijdig door iedereen boven de hoofden getild, hetgeen vaak met een zwaai moet gebeuren vanwege het gewicht en de (geringe) kracht van de tillers.
- **'handen in de spanten'**
- iedere roeier pakt met één hand een spant en pakt met de andere hand het boord dat het dichtst bij is. De boot bevindt zich nog steeds boven de hoofden.
- **'voor de buiken'**
- de boot wordt rustig van boven de hoofden naar voor de buik gedraaid.

Met de commando's 'overslagen los', **'tenen aan de rand van de kade / het vlot'** en **'ver wegzetten gelijk ... nu'** wordt de boot in het water gelegd. De boot altijd zo ver mogelijk van de kant ( de kade/het vlot) in het water leggen, omdat de huid van de boot (zeer) kwetsbaar is. Bij gladde boten is het handig om, voordat je de boot het water inlegt, eerst de overslagen los te laten maken.



## 2.3 INSTAPPEN EN UITSTAPPEN

### 2.3.1 Boot klaarmaken voor instappen

Het is soms druk aan het vlot. Probeer de tijd aan het vlot zo kort mogelijk te houden. Laat de roeiers altijd eerst de riemen aan de wal- of vlotkant erin leggen. Deze riemen voorkomen dat de boot wegdrijft. De stuurman zorgt er voor dat het roertje en – indien nodig – het stuurbankje wordt gemonteerd. Leg direct na het plaatsen van het roer het stuurtoew zo neer dat het niet gekruist is en dat je er bij het instappen makkelijk in kan.

### 2.3.2 Controle

De stuurman is verantwoordelijk voor het goed laten instappen en de correcte afstelling van het materiaal. Controleer voor het instappen of alles goed ligt. Kunststofriemen liggen met de bolle kant op het vlot. De overslag van de riem die op het vlot ligt is al dichtgemaakt. De inkeping van de bankjes wijst naar de punt van de boot. (GOG= Gat Op Gat) Het plaatsen van de riemen in de dollen gaat vaak mis.

#### De volgende fouten worden vaak gemaakt:

- Boordriem nr. 1 en 2 zijn omgewisseld (nr. 1 is de boeg en 2 de plek ervoor)
- Een bakboordriem ligt aan stuurboord
- Dol wijst naar de verkeerde kant (moet naar de voorkant van de roeiplaats wijzen)
- De kraag zit aan de verkeerde kant van de dol
- Dolklep/ overslag zit niet goed dicht.

Let op al deze punten want het kan – zeker in een smalle boot - erg vervelend zijn als je dit pas op het water opmerkt.

### 2.3.3 Instappen

De stuurman houdt de boot in het midden vast (tussen de twee riggers). De boot moet je een eindje uit de kant houden zodat de riggers niet op het vlot rusten, wanneer de boot door het gewicht van de roeiers dieper komt te liggen. Als de roeiers nog niet op hun plaats staan, zeg je 'aan de boorden', vervolgens 'instappen gelijk... 1... 2 ...3' en 'overslagen dicht'. Geoefende roeiers kunnen tegelijk de overslagen vastmaken; bij beginners is het beter ze één voor één hun overslagen te laten dichtmaken.

Zodra de roeiers in de boot zitten, moeten zij hun bladen plat op het water leggen en de riemen vasthouden.

**Tip:** trek de handles tot op het bovenbeen tot onder je oksels. Dan zijn er twee handen vrij en is de boot toch stabiel. Ook wanneer de boot op het water stilligt, moeten de bladen plat op het water gelegd worden voor de stabiliteit (veilig boord houden). Dus altijd in rust, in de haven of op het water: bladen plat op het water en handles vasthouden.

De roeiers gaan nu het voetenbord afstellen. Bij voorkeur gebeurt het stellen op het water. Bij het afstellen leggen de roeiers hun voeten op of over de rand van de boot. De riem wordt tussen buik en benen geklemd onder de oksels. (Bij een lege kade is het comfortabeler in de haven aan de kade)

Alvorens als stuurman zelf in te stappen, controleer je of de bladen plat op het water liggen. Hierna meld je bij de roeiers dat je in gaat stappen met de waarschuwing **'stuurman stapt in'**. Dit kan namelijk balansverstoringen geven. Stap in en pak direct het stuurtoeltje. Ga niet in het stuurtoew zitten, maar houdt het achter je. Dit is om te voorkomen dat als de boot om zou slaan, de stuurman vast zit in het stuurtoew. Controleer nog een keer of de stuurtoeltjes niet gedraaid zijn. Vervolgens vraag je aan de roeiers of ze klaar zijn met afstellen. Dit doe je door te vragen '1 klaar? ... 2 klaar' etc. te beginnen bij de diegene die op "boeg" zit? Als iedereen klaar is, kijken of de weg vrij is en commando's geven om weg te varen.

Tips voor het afstellen van de boot tref je aan in de basishandleiding roeien van W.S.V. Eeuwes.

#### 2.3.4 Uitstappen

De stuurman stapt altijd als eerste uit de boot na het aanleggen en houdt vervolgens de boot in het midden vast en zegt 'overslagen losmaken'. Hierbij worden de overslagen aan de waterzijde losgemaakt. Aan de walzijde blijven ze gesloten tot het moment dat de riemen eruit gehaald worden. De boot wordt nu weer een beetje uit de kant gehouden. De stuur geeft vervolgens de commando's 'uitstappen gelijk... 1... 2... 3'.

Zijn de roeiers moe en/of stijf, vraag dan eerst of uitstappen direct mogelijk is. Als dit lastig is, laat roeiers dan na elkaar uitstappen. Neem zo min mogelijk risico met het tere en kostbare materiaal!



## 2.4 BOOT UIT HET WATER HALEN

De boot wordt zo snel mogelijk uit het water worden gehaald en naar binnen gebracht. Houdt de roeiers bij de les als ze hier geen voldoende aandacht voor hebben. (Kort aan de kade!)

### 2.4.1 De boot klaarmaken om uit het water te halen

De riemen worden uit de dollen gehaald en op de kant terzijde gelegd. Het roertje en, zo nodig, de leuning van het stuurbankje wordt losgemaakt en ook op de kant terzijde gelegd. Het stuurtoew moet om het roertje heen gewikkeld worden. Eén van de roeiers zet de singles of het karretje klaar.

### 2.4.2 De boot uit het water halen

Spreek vooraf af hoe je het gaat doen (bijv. via de kielbalk (C-boten) of niet, al dan niet boven de hoofden dragen, en waar de boot naartoe moet).

Laat de boot met een metalen- of kunststof strip op de kielbalk dwars op het water draaien door de voor- of achterkant van de boot langs het vlot te houden en de boot in het midden af te duwen. Let op de wind: meewind helpt je de boot om te duwen. De roeiers stellen zich aan beide zijden van de boot op. De tillers die tegenover elkaar staan kunnen het beste ongeveer dezelfde lengte hebben. Als de boot (bijna) loodrecht op het vlot ligt, til dan de punt van de boot uit het water. De kielbalk gaat licht over het vlot. Geeft het commando 'begeleidt de boot' als de boot niet goed wordt vastgepakt.

Een gladde boot of skiff moet weer parallel langs het vlot uit het water getild worden. Commando's die gegeven worden zijn **'aan de boorden'** en **'tillen gelijk... nu'**.

Na het roeien wordt de boot eventueel in de singles gelegd. Hier kunnen de overslagen dichtgemaakt worden (commando **'overslagen dichtmaken'**) en kan de boot afgespoeld en gedroogd worden. Als de boot van binnen of buiten vies is, moet hij schoongemaakt worden. Emmer en spons zijn aanwezig, water aanvullen indien nodig. Er is "autoshampoo" beschikbaar. De slidings worden met een aparte slidingdoek schoongewreven.

De boot mag **NOOIT** onbeheerd in de singles achtergelaten worden. Wind kan vat op de boot krijgen en hem doen omvallen.

Laat de roeiers de boot vastpakken door het commando **'tillen gelijk... nu'**. Om aan te geven dat de boot omgedraaid moet worden, zeg je **'draaien (met de kiel) naar land'** en voor de andere kant op zeg je **'draaien (met de kiel) naar zee'**. Als de boot in de stelling gebracht is (zie 2.2.2 boot tillen), worden de dollen naar binnen gedraaid. Gecontroleerd wordt of alle overslagen dicht zijn. De halve tennisballen worden aan de dollen bevestigd. Vervolgens kunnen de riemen naar binnen worden gebracht. Sluit alle ruimten goed af en laat het netjes achter.



## 3 VAREN

### 3.1 ALGEMEEN, GEBRUIK VAN HET STUURTJE

Let er tijdens manoeuvres altijd op dat de roeiers recht in de boot (blijven) zitten. Ook de stuurman moet recht op zijn plaats en zo stil mogelijk zitten. Roeiers dienen altijd veilig boord te houden. Dit houdt in dat wanneer met de ene riem gemanoeuvreed wordt, men licht met zijn gewicht op de andere riem kant leunt (blad ligt hier plat op het water!). Hou met die riem ook de boot recht. Hierdoor ontstaat meer ruimte om met de andere riem te manoeuvreren.

Op het water houd je bij voorkeur altijd stuurboordwal (rechts houden). Mocht je in verband met wind, stroming of golfslag aan bakboordwal varen, wees dan extra alert en weet dat je dan voor iedereen uit moet wijken. Op het water geldt de weg van de geleidelijkheid. De stuurman/ stuurvrouw dient de roeiboot tijdens een tocht op koers te houden zonder de roeiers (te veel) te storen in het maken van hun roeihaal. Dat bereik je door lichte stuurcorrecties te verrichten tijdens de recover.

### 3.2 DE BOOT STILLEGGEN

De boot leg je als volgt stil: bij de inpik zeg je 'laat' en bij de uitpik 'lopen'. Als je deze momenten aanhoudt, past het heel logisch in de haal. Pas als je 'bedankt' zegt leggen de roeiers de bladen op het water. Je remt de boot al af met 'vastroeien beide boorden'. Bij vastroeien worden de bladen scheef in het water geplaatst onder een hoek van 45 graden. Wil je de boot helemaal stilleggen, dan zeg je na het vastroeien 'houden beide boorden'; de roeiers draaien dan het blad verticaal het water in, met de armen gestrekt voor zich. Wanneer de boot voldoende stil ligt, geef je het commando 'bedankt'. Als de boot nog vaart heeft, moet je altijd eerst even vastroeien alvorens te houden; anders komt er te veel druk op de riemen te staan en is het voor de roeiers moeilijker om te houden.

### 3.3 NOODSTOP

De examiner kan je reactie testen bij een noodstop. Als de examiner bijvoorbeeld plotseling (bv) roept 'Pas op, balk op het water!' dan moet je direct het commando 'houden beide boorden' geven. Gebruik de juiste intonatie in je stem om aan te geven dat het direct en krachtig moet gebeuren. Voor het commando 'laat lopen... bedankt' heb je bij een noodstop geen tijd.

### 3.4 WEGVAREN

Indien er geen obstakels in de buurt van de boot zijn, kun je op twee manieren weer wegvaren. Ligt de boot stil dan gebruik je de commando's:

**'Slag klaar maken'** - iedereen zit in de boot en gaat in de uitpikpositie zitten (bladen plat op het water)

**'Go'** - allen gaan tegelijkertijd op 'go' in actie, volgen de slag en laten hun bladen over het water glijden naar de inpikpositie en maken hun eerste slag.

Heeft de boot nog een beetje vaart dan is deze methode lastig omdat er veel druk op de bladen komt te staan als de riemen recht op in het water worden geplaatst. Je kunt in dit geval beter kiezen voor het commando **'de boot oppakken en volg de slag'**. De roeiers gaan verder met roeien en volgen direct weer de slag. Je kunt natuurlijk ook eerst de boot stilleggen en kiezen voor de 'slag klaarmaken' methode.

N.B. Nadat de stuurman het commando 'go' heeft gegeven wordt er opgereden naar de inpik: hierbij "voelt" de stuurman de alertheid en het evenwichtige oprijden van de ploeg.

### 3.5 KOERS HOUDEN, KOERS VERANDEREN

Een geoefende stuur zorgt ervoor, dat de boot zo lang mogelijk zijn ingezette koers vaart.

Hierdoor worden de roeiers zo min mogelijk geconfronteerd met stuurcorrecties die de boot een denkbeeldige slalom laat uitvoeren (ter controle: kijk af en toe eens achter je). Dit slalomeffect kan worden voorkomen door de tocht te verdelen in overzienbare delen (trajecten). Door je te richten op duidelijke herkenningspunten aan de wal zoals hoogspanningsmasten, bomen, (wind)molens en huizen is het relatief eenvoudig een rechte koers uit te zetten voor een traject van je roeitocht. Ben je eenmaal voorbij een dergelijk punt gevaren, dan kies je een volgend herkenningspunt waar je je op kunt richten.

Door wind, stroming, bochten in het traject en obstakels zijn koerscorrecties noodzakelijk. Het is dus belangrijk om zo ver mogelijk vooruit te kijken en te anticiperen op eventuele situaties, die een tijdige koersaanpassing noodzakelijk maken. Idealiter zijn de riemen tijdens de correcties boven water: deze correcties worden uitgevoerd door tijdig kleine stuurbewegingen m.b.v. de stuurtoewtjes te maken tijdens het oprijden (recover). Gedurende de haal staat het stuurkje in het verlengde van de boot. De stuurtoewtjes dienen overigens bij iedere handeling strak aangespannen te zijn.

Wanneer tijdens een koerscorrectie de boot achteruit vaart (strijken beide boorden, strijken stuur- of bakboord), dient de stuur de beide stuurtoewtjes achter zich stevig in één hand te houden zodat het stuurkje in het verlengde van de boot gefixeerd is. Van richting veranderen gebeurt dan met behulp van de inzet van de roeiers.

### 3.6 KRACHT VAN DE HAAL VERANDEREN

De commando's **'Light paddle'** of **'Lichte haal'** en **'Spoelhaal'** kun je gebruiken om de vaart uit de boot te halen en langzamer te laten gaan.

**'Lichte haal'** is roeien met weinig kracht en **'Spoelhaal'** gaat geheel zonder krachtsinspanning. Gebruik het commando **'Strong'** om de roeiers hard te laten halen. Het is voor de roeiers moeilijk om in één keer strong te roeien dus kun je beter zeggen: **'opbouwen in vijf halen naar strong vanaf... nu'**. Dit commando laat je ingaan bij de uitpik, zodat de roeier kan anticiperen op het uitvoeren van dit commando. Het sterk halen aan één boord gaat overigens met behulp van **'bakboord best'** en **'stuurboord best'** (bij de uitpik laten ingaan en zonder opbouwen vooraf).

### 3.7 FOUTEN MAKEN EN CORRIGEREN

Zolang er geen gevaarlijke situaties ontstaan is het niet erg als je een foutje maakt. Geef je het verkeerde commando dan laat je de roeiers stoppen door **'bedankt'** te zeggen en geef je het tegengestelde commando om weer op de oude plaats terug te komen. Bijvoorbeeld als je 'halen stuurboord' zegt en je ziet dat het niet goed uitpakt dan geef je de commando's **'bedankt... strijken stuurboord... bedankt of halen bakboord... bedankt'**. De boot ligt dan weer min of meer weer terug op de oude plek. Weet je helemaal niet meer wat je moet doen dan kun je meestal het beste de boot stil leggen zodat je even rustig over de oplossing van het probleem kunt nadenken. Vergeet niet dat je geen haast hebt. Je maakt het je zelf overigens gemakkelijk door de oefeningen met weinig vaart/kracht te doen.

### 3.8 WEINIG VAARRUIMTE

Kom je te dicht bij de kant, brug of een andere boot dan kun je de boot minder breed maken door het commando **'Slippen beide boorden / bakboord / stuurboord'** te geven. De roeiers brengen dan de riemen langszij de boot, met de bladen plat op het water voor de stabiliteit. Zij doen dit als de benen uitgetrapt / gestrekt zijn; de roeiers hangen iets naar achteren om ruimte voor de riemen te maken. De handen worden langszij het lichaam gebracht, net zover als nodig is. Is het niet alleen smal, maar ook laag, dan moet je het commando **'slippen beide boorden en vallen'** geven. Roeiers vallen daarbij naar achteren, en nemen hun riemen mee. Let er weer op dat de bladen plat op het water rusten!

Als het moeilijk is om te schatten of je een obstakel net wel of net niet raakt, dan kun je ook **'let op de riemen aan bakboord / stuurboord'** zeggen. De roeiers moeten er dan zelf voor zorgen dat de riemen de obstakels niet raken.

### 3.9 WIND EN STROMING

Wind en stroming hebben een grote invloed op de boot. Bij alle handelingen op het water dien je rekening te houden met deze factoren. Dit geldt ook bij het aanleggen indien wind en stroming grote invloed op snelheid van de boot hebben. Hiermee rekening houden is meestal makkelijker als je de wind in je voordeel kunt inzetten.

Zijwind is vooral lastig als je onder bruggen door moet varen. De boot kan bij een windvlaag een stuk opzij worden gezet, waardoor je met de riemen tegen de brug botst.

Probeer te voorkomen dat je aan lager wal belandt (dit is de oever waar de wind naar toe waait en misschien ook de stroom heengaat). Als je hier eenmaal tegen de kant ligt, is het moeilijker om hier al manoeuvrerend uit te komen.

Geef in dat geval het commando: **'slippen riemen aan .....boord'** (riemen aan lager wal) en vervolgens het commando **'slippend strijken aan ....boord'**. Dat doe je door met deze riemen langszij de boot kleine slagen te maken met de holle kant naar buiten. De boot beweegt dan van de kant af met de achtersteven eerst. Het uitvoeren van dit commando vergt (eerst) wel enige oefening.

### 3.10 OVERIGE OPMERKINGEN

Op de Binnenmaas zal het niet vaak gebeuren, maar als de golven hoog zijn, dan moet de boot parallel aan de golven gelegd worden om te voorkomen dat de boot volloopt. Met de riemen wordt meebewogen op de golven. Roeileden met roei-ervaring in Rotterdam, Dordrecht en de Gelderse IJssel kunnen je daar meer over vertellen en voordoen. Tip: Voor het manoeuvreren in sterke stroming en golfslag, wordt er bij roeiverenigingen in Dordrecht en/ of Rotterdam regelmatig cursussen Rivierroeien gegeven. Als je interesse hebt, informeer er eens naar!

Verder is het een keus voor ervaren stuurlieden, om in een C-boot op het water van plaats te wisselen. Weeg af welke keuze het beste is: soms is afmeren risicovoller dan wisselen op het water. Houd in ieder geval altijd:

1 Veilig boord

2a Wisselen op land: afmeren op een nauw plekje (inparkeren) gaat vaak strijkend beter.

2b Wisselen op het water met de slag: stuurman gaat op de spanten staan, de slag kruist eronder door, de nieuwe slag maakt eerst een draai op het hart van de boot, veilig boord houden, waarna de nieuwe stuurman draait en gaat zitten (ppffh!).....



foto: [www.arnohoogwerf.nl](http://www.arnohoogwerf.nl)

## 4 MANOEUVREREN

### 4.1 BOCHTEN DRAAIEN ZONDER VAART

Als de boot stilligt of heel weinig vaart heeft, dan kun je een bocht draaien door te halen of strijken aan één boord. Het heeft geen zin om het roertje hierbij te gebruiken omdat het roertje niet werkt bij weinig vaart. Voordat je het commando 'halen of strijken bakboord / stuurboord' kunt geven dienen de roeiers eerst de riemen plat op het water leggen. Als de boot nog veel vaart heeft dan kun je beter voor 'vastroeien stuurboord / bakboord' kiezen (zie hoofdstuk 7). Houdt er rekening mee dat een boot bij halen of strijken van alleen bakboord of alleen stuurboord nog wat 'najt' als je al 'bedankt' gezegd hebt. Stop dus iets eerder.

#### 4.1.1 Kiezen tussen halen of strijken

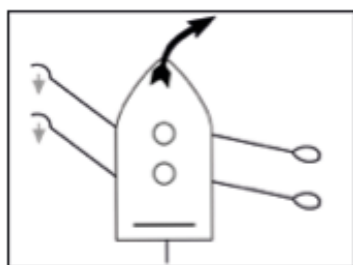
Kijk altijd eerst waar het gevaar vandaan komt. Als je met de punt dicht bij de kant zit, kies dan voor strijken. Indien de boot aan alle kanten vrij is, zorg dan dat de boot zo dicht mogelijk bij je doel uitkomt. Maakt het niet uit of je voor- of achteruit gaat, kies dan voor strijken, want strijken heeft meestal meer effect dan halen.

Probeer tijdens het strijken je roertje in het midden te houden om schade aan het roer te voorkomen.

Wil je de bocht scherper maken, dan kun je dit op twee manieren doen:

- Aan het boord waar niet wordt geroeid laten vastroeien.
- Ronden (Zie hoofdstuk 8).

#### Halen bakboord



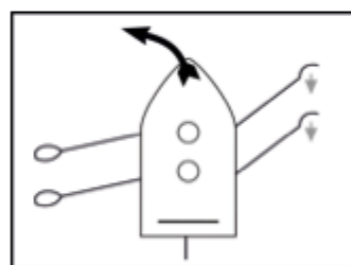
Figuur 1

**Uitgangssituatie:** De riemen liggen op het water. Kijk eerst of er iets aankomt. Geef het commando '**halen bakboord... nu**'.

De roeiers gaan nu halen aan bakboord en laten de riemen aan stuurboord op het water liggen. De boot zal dan vooruit gaan en naar stuurboord draaien.

Zeg '**bedankt**' om de roeiers te laten stoppen.

#### Halen stuurboord



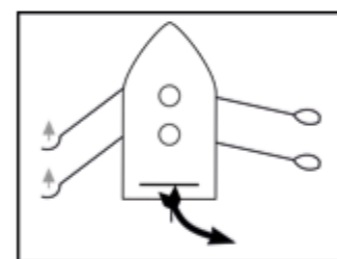
Figuur 2

**Uitgangssituatie:** De riemen liggen op het water. Kijk eerst of er iets aankomt. Geef het commando '**halen stuurboord... nu**'.

De roeiers gaan nu halen met stuurboord en laten de riemen aan bakboord op het water liggen. De boot zal dan vooruit gaan en naar bakboord draaien.

Zeg '**bedankt**' om de roeiers te laten stoppen.

#### Strijken bakboord

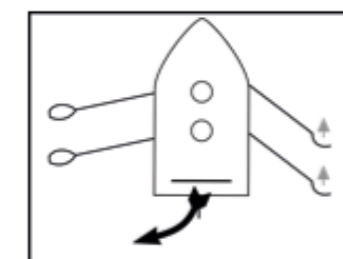


Figuur 3

**Uitgangssituatie:** De riemen liggen op het water. Kijk eerst of er iets aankomt. Als de boot nog een beetje vaart heeft dan moet eerst de boot worden stil gelegd. Geef het commando '**strijken bakboord... nu**'. De boot zal dan achteruit gaan en naar stuurboord draaien.

Zeg '**bedankt**' om de roeiers te laten stoppen.

#### Strijken stuurboord



Figuur 4

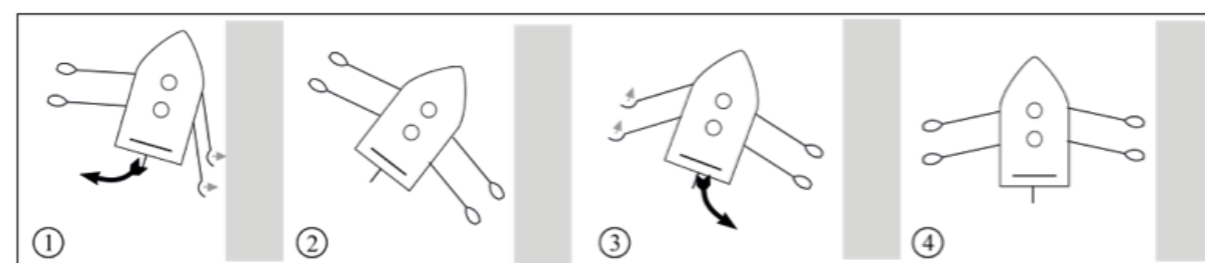
**Uitgangssituatie:** De riemen liggen op het water. Kijk eerst of er iets aankomt. Als de boot nog een beetje vaart heeft dan moet eerst de boot worden stil gelegd. Geef het commando '**strijken stuurboord... nu**'. De boot zal dan achteruit gaan en naar bakboord draaien.

Zeg '**bedankt**' om de roeiers te laten stoppen.

#### 4.1.2 Van de kant wegvaren

De boot ligt aan het vlot met de riemen op de kant of aan een hoge wal met de riemen geslipt. De riemen aan waterzijde liggen met de bladen plat op het water voor de stabiliteit. De volgende plaatjes laten zien hoe je van de kant af komt.

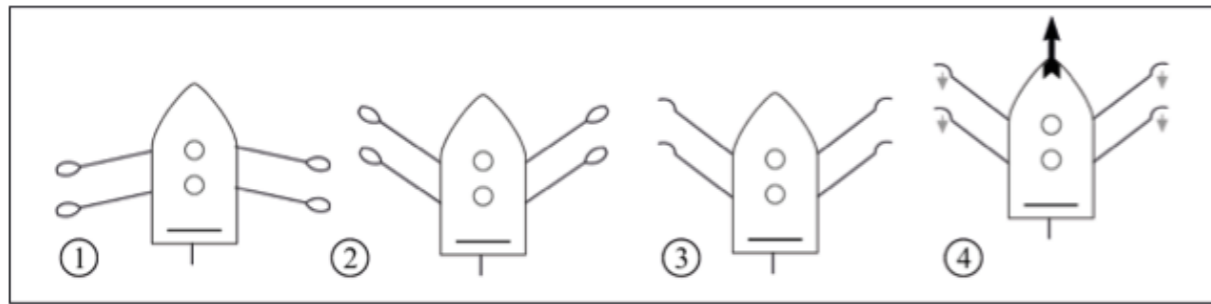
##### 4.1.2.1 Van de kant afkomen



Figuur 5

1. Kijk eerst uit of er iets aankomt.  
Commando '**Uitzetten gelijk nu**'. De roeiers en stuurman duwen met de hand de boot van de kant af.
2. Commando '**Peddelend strijken stuurboord**'. De boot draait zijwaarts van de kant af.
3. Commando '**Bedankt**' en daarna '**uitbrengen riemen stuurboord**'. De riemen liggen nu plat op het water.
4. Commando '**Strijken bakboord**'. De boot draait terug.
5. Geeft het commando '**Bedankt**' als de boot evenwijdig langs de kant ligt.

#### 4.1.2.2 Wegvaren



Figuur 6

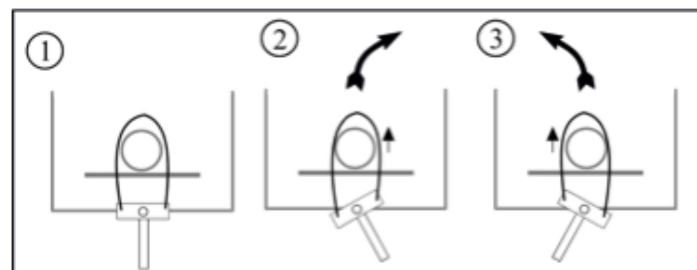
1. De riemen liggen plat op het water. Kijk uit of er iets aankomt.
2. Commando '**Slag klaar maken**' iedereen zit in de boot en gaat in de uitpikpositie zitten (bladen plat op het water)
3. Commando '**Go**' allen gaan tegelijkertijd op '**Go**' in actie, volgen de slag en laten hun bladen over het water glijden naar de inpikpositie en maken hun eerste slag.

#### 4.2 BOCHTEN MET VAART

Als de boot vaart heeft dan kun je met het roertje bochten draaien. Je kunt echter ook kiezen voor '**vastroeien bakboord/ stuurboord**' of '**bakboord/ stuurboord best**'. Als je wilt afremmen én draaien dan kun je het beste kiezen voor vastroeien aan één zijde. Als je vaart wilt behouden en je kunt niet scherp genoeg sturen met alleen je roer, kies dan voor '**bakboord / stuurboord best**'. Bedenk wel dat de bocht in dit geval vrij ruim blijft. In het geval van twijfel kun je het beste kiezen voor '**vastroeien bakboord / stuurboord**'.

##### 4.2.1 Sturen met het roer

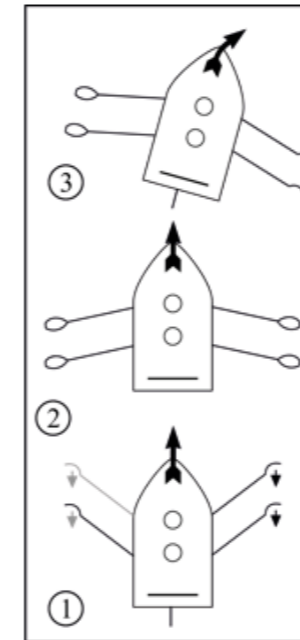
Sturen met het roertje heeft alleen zin als de boot vaart naar voren heeft. Trek je aan de bakboord stuurlijn dan draait de boot naar bakboord. Trek je aan de stuurboord stuurlijn dan draait de boot naar stuurboord. Probeer vooral op het gevoel te sturen. Het volgende plaatje laat de achtersteven van het schip met de stuurman en het roertje zien. Voordat je een bocht draait moet je altijd eerst kijken of er iets aan komt. Het sturen kun je het beste doen tijdens de haal (liever direct na de haal minder weerstand) omdat het sturen dan het meeste effect heeft.



Figuur 7

1. Recht door sturen
2. Kijk eerst of er iets aan komt. Trek aan de stuurboord stuurlijn en de boot draait naar stuurboord.
3. Kijk eerst of er iets aan komt. Trek aan het bakboord stuurlijn en de boot draait naar bakboord.

#### Vastroeien stuurboord

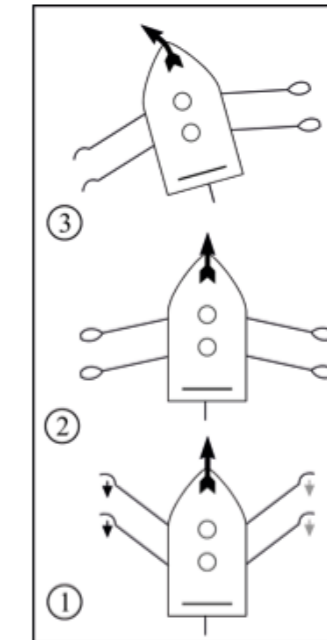


Figuur 8

1. Boot is in volle vaart. Kijk eerst of er iets aankomt.
2. Geef het commando '**laat lopen... bedankt**' (let hierbij op timing van laat ...lopen).
3. Na '**vastroeien stuurboord**' draait de boot naar stuurboord.

#### Vastroeien bakboord

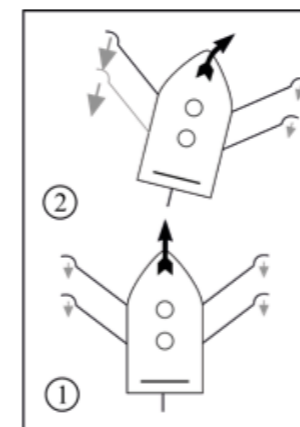
#### Vastroeien bakboord



Figuur 9

1. Boot is in volle vaart. Kijk eerst of er iets aankomt.
2. Geef het commando '**laat lopen... bedankt**' (let hierbij op timing van laat .... lopen )
3. Na '**vastroeien bakboord**' draait de boot naar bakboord.

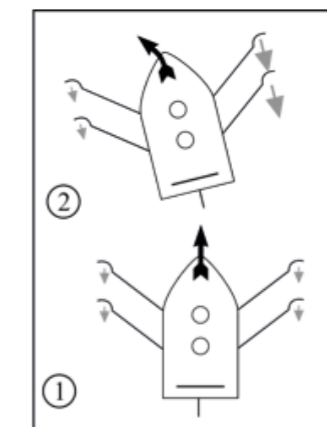
#### Vastroeien stuurboord



Figuur 10

1. Boot is in volle vaart. Kijk eerst of er iets aankomt.
2. Geeft het commando '**bakboord best**'. De roeiers gaan sterker aan bakboord roeien waardoor de boot naar stuurboord draait.

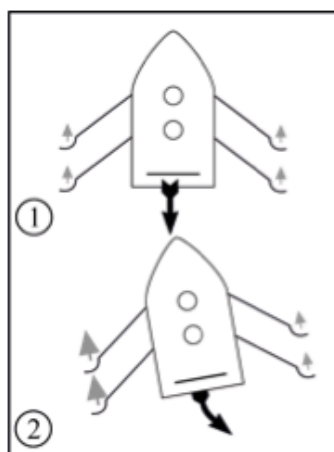
#### Vastroeien bakboord



Figuur 11

1. Boot is in volle vaart. Kijk eerst of er iets aankomt.
2. Geeft het commando '**stuurboord best**'. De roeiers gaan sterker aan stuurboord roeien waardoor de boot naar bakboord draait.

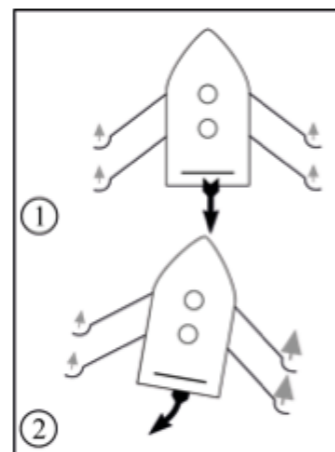
### Strijkend bakboord best



Figuur 12

1. Pak de stuurlijnen stevig achter je met één hand vast zodat je het roertje recht kunt houden. Geef daarna het commando **'Strijken beide boorden'**
2. Commando **'(strijken) bakboord best'**\*

### Strijkend stuurboord best



Figuur 13

1. Pak de stuurlijnen stevig achter je met één hand vast zodat je het roertje recht kunt houden. Geef daarna het commando **'Strijken beide boorden'**
2. Commando **'(strijken) stuurboord best'**

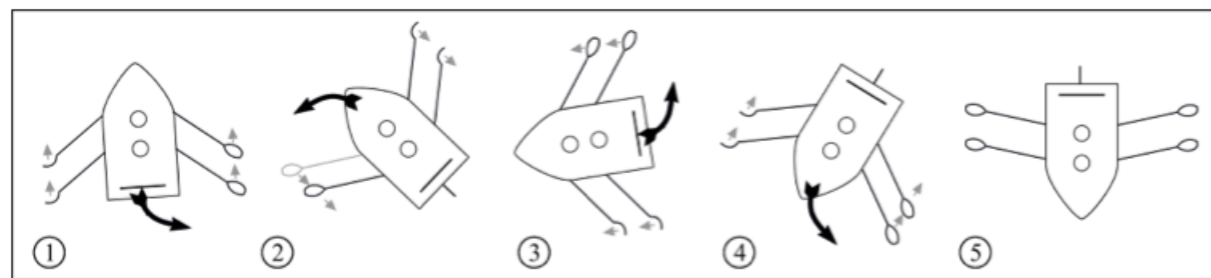
## 4.3 RONDEN

Wil je de boot draaien en zijn er geen obstakels vlakbij de boot dan kun je het beste kiezen voor rondmaken over stuurboord of bakboord. De boot draait bij rondmaken bijna om zijn as en is dus zeer geschikt als je weinig ruimte hebt. Bij ronden begin je altijd met strijken.

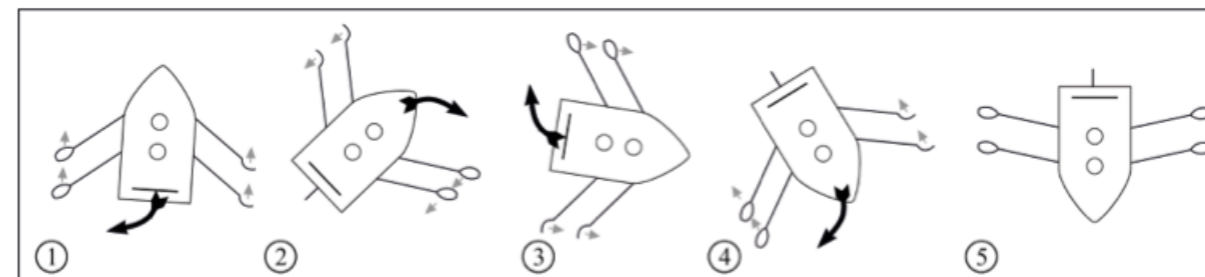
### 4.3.1 Ronden over bakboord

De boot ligt stil met de riemen plat op het water. Kijk eerst of er iets aankomt.

1. Commando **'Ronden over bakboord, beginnen met strijken bakboord... nu'**
- 2 t/m 4: De roeiers maken nu één strijk aan bakboord (inclusief naar voren oprijden). Tegelijkertijd met het strijken van de bakboordriem, wordt de stuurboordriem meebewogen. Na het strijken van de bakboordriem volgt aansluitend het halen met de stuurboordriem, waarbij de bakboordriem mee wordt genomen. Let erop dat de riem die niet roeit over het water gaat en niet onder water duikt.
5. Je hoeft verder geen commando's te geven. De roeiers gaan door met ronden totdat je **'bedankt'** zegt.



Figuur 14



Figuur 15

### 4.3.2 Ronden over stuurboord

Zie ronden over bakboord. Begin nu alleen met de commando's **'Ronden over stuurboord, beginnen met strijken stuurboord... nu'**.

## 4.4 HAVEN IN- EN UITVAREN EN AANLEGGEN

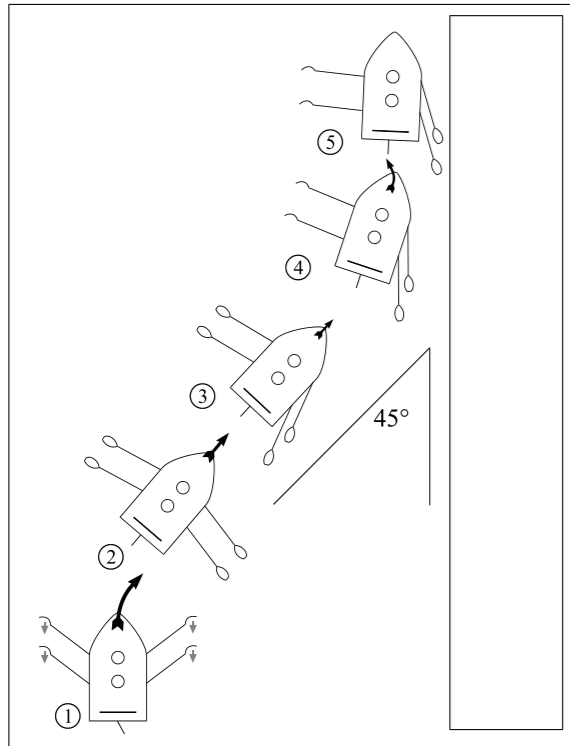
### 4.4.1 in- en uitvaren

Vaar 'light paddle' het haventje uit met vaste banken, rechte rug en maak zo korte slagen. Vraag, voordat de punt de haven uit is, aan de boeg of er iets aankomt. Dit is altijd slim in situaties waarin je minder overzicht hebt!

Het volgende plaatje laat het aanleggen aan een hoge wal zien. De examiner kan aan je vragen om bij een bepaalde plek aan te leggen.

Leg altijd heel rustig en voorzichtig aan. Liever een keer terug en opnieuw proberen dan te hard tegen de kant botsen en misschien schade veroorzaken. Let ook steeds goed op de punt van de boot: een C4 is aardig lang!

Probeer altijd tegen wind en/of stroming in aan te leggen. Dit om te voorkomen dat je met te hoge snelheid aan komt varen. Als de richting van de wind en stroming tegenovergesteld is, bepaal dan welke kracht het sterkst is, en leg tegen die kracht in aan. De uitleg hierna laat zien hoe je moet aanleggen als je gewoon aan komt varen. Je kunt natuurlijk ook strijkend aanleggen, maar dat is veel moeilijker. We raden dit dan ook niet aan. Wanneer de situatie zo is dat je strijkend aan moet leggen, ga dan een stukje terug of verder en rond eerst, zodat je daarna gewoon aan kunt leggen.



Figuur 16

1. Kijk of de weg vrij is voor het aanleggen. Ruim voordat je wilt gaan aanleggen informeer je de roeiers dat je wilt gaan aanleggen.
2. Geef het commando **'light paddle'** om vaart te minderen.
3. Je stuurt de boot op de kant af. De hoek tussen vaarrichting en de kant moet ongeveer 45 graden zijn.
4. Vervolgens geef je het commando **'laat... lopen... bedankt'**. De boot zal nu nog verder afremmen. Het moment waarop je dit zegt hangt af van de vaart van de boot en de windrichting. De wind kan een grote invloed hebben op de boot. Bij veel tegenwind kan de boot zeer snel stilliggen.

Het gevaar van zijwind is dat je te vroeg naar de kant wordt geblazen waardoor je in de problemen kunt komen met een boot die vlak voor de landingsplaats ligt. Harde stroming kan dezelfde invloed op de boot hebben als wind.

5. Ruim voordat je de kant hebt bereikt geef je het commando **'slippen stuurboord'**.
6. Vlak voor de kant laat je de boot draaien door het commando **'vastroeien bakboord'** te geven. Als je je hebt vergist en je komt te dicht bij de kant dan moet je de boegroeier vragen om af te houden, om te voorkomen dat de rigger tegen de kant botst. Als na het **'vastroeien bakboord'** de boot nog een beetje vaart heeft dan moet je door **'houden bakboord'** de boot verder stilliggen. Je geeft het commando **'bedankt'** als de boot stil ligt. De roeiers leggen nu de (bakboord)riem plat op het water. De boot moet zo dicht bij de kant zijn dat de stuurman de kant kan vastpakken. Lukt dit niet dan kun je meestal met een paar keer strijken dicht bij de kant komen.

Het is de stuurman die de wal vast moet pakken; de roeiers blijven recht zitten en houden hun riemen vast. Als de stuurman wil dat één van de roeiers de kant vastpakt, moet de stuur dit aan hem/haar vragen.

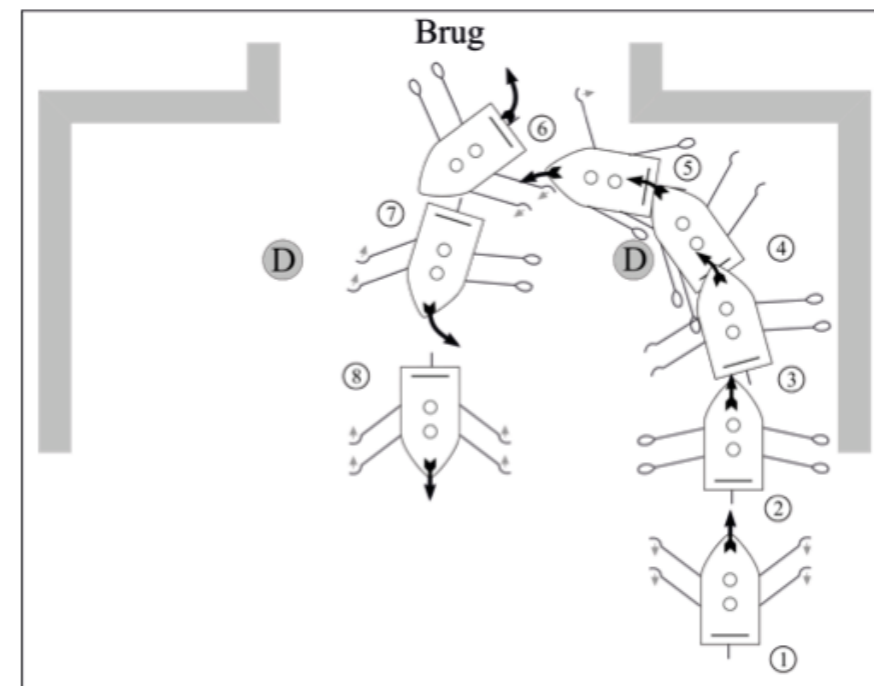
**Andere mogelijkheid;** de slag legt zijn waterkant riem vlak naast de stuurman in het water en duwt dan de riem van zich af waardoor de boot naar de kant gedrukt wordt. Als je gewoon haalt of strijkt als je net iets te ver van de kant bent dan ga je meer voor of achteruit dan dat je naar de kant gaat. Als je doet wat hierboven staat dan druk je de boot met de stuurman naar de kant.

#### 4.4.2 Aanleggen bij het vlot

Het aanleggen aan het vlot gaat precies hetzelfde met één verandering: in de plaats van **'slippen stuurboord'** geef je het commando **'riemen hoog aan stuurboord'**, zodat de riemen over het vlot heen gaan. Door de slag vroeg aan te geven bakboordriem te gebruiken voor het meesturen en afremmen, kan een perfecte landing plaatsvinden: vastroeien, houden of zelfs strijken "parkeert" de boot optimaal aan de kade. Pas als de boot helemaal stil ligt, de bladen op de kant leggen. Dit om (lak)schade aan de bladen te voorkomen.

#### 4.5 DUKDALF

Aan beide zijden van de brug bevinden zich twee dukdalven (=grote aanlegpaal). In het plaatje (figuur 17) zijn de dukdalven aangegeven met een 'D'. Het is de bedoeling om rond de meerpaal te varen. Bij gebrek aan meerpalen op de Binnenmaas zullen wij dit met boeien of op een andere manier oefenen. Het kan ook zijn dat er een 'achtje' van je wordt gevraagd. In dat geval moet je om beide dukdalven of boeien varen. Er zijn verschillende methoden om rond de dukdalf te varen. Het maakt niet zo veel uit hoe je het doet, als het maar op een veilige manier gebeurt. Eén van de meest gebruikte methodes is hieronder beschreven.



Figuur 17

1. Vaar zo veel mogelijk aan stuurboordwal light paddle richting de dukdalf.
2. Geef het commando **'laat lopen'** om vaart te minderen. Probeer nu al een beetje om de dukdalf heen te sturen.

3. Geef iets voor de dukdalf het commando '**vastroeien bakboord**' zodat de boot om de dukdalf begint te draaien.
4. Geef vlak bij de dukdalf het commando '**slippen bakboord**' en laat direct daarna de roeiers halen aan stuurboord. De boot draait nu om de dukdalf.
5. Als de stuurboordriemen vlakbij de kant zijn gekomen dan geef je het commando '**slippen stuurboord**'. Laat vervolgens de boot een stukje doordrijven totdat de boeg genoeg ruimte heeft om zijn riemen uit te brengen. Als de boot nog niet voldoende gedraaid is, dan kun je de slag laten halen aan stuurboord. In het andere geval mag hij met beide riemen gaan roeien.
6. Laat, voordat de punt voorbij de rand van de muur is, de boeg kijken of er iets onder de brug vandaan komt. Dit punt mag je niet vergeten omdat je hiermee een aanvaring met een boot onder de brug kan voorkomen.
7. Ongeveer midden onder de brug uitgekomen laat je beide riemen uitbrengen. Vervolgens laat je strijken aan bakboord om de boot te laten draaien en af te remmen.
8. Keer de boot door afwisselend te laten halen en strijken.

De boot is nu gedraaid. Je kunt na de eerste dukdalf ook direct om de andere dukdalf heen varen (je maakt dan een achtje). Controleer eerst of er genoeg ruimte is. Als je er voor zorgt dat je bij deze dukdalf op dezelfde manier komt aanvaren als bij de eerste dukdalf dan kun je dezelfde methode aanhouden.

Maak het je zelf zo gemakkelijk mogelijk door de boot langzaam te laten varen en niet te lang te wachten met het geven van de commando's. Als je te dicht bij de kant/boei bent gekomen en je hebt geen ruimte om te roeien dan kun je het beste via peddelend strijken (paragraaf 6.1) de ruimte vergroten.



foto: René Teuwsen

## 5 BORDEN

### A. Verbodstekens

Opmerking:

Deze tekens kunnen worden aangevuld of verduidelijkt met bijkomende tekens

A. 1 - In-, uit- of doorvaren verboden (algemeen teken)



Het gebruik van twee boven elkaar geplaatste borden, lichten of vlaggen duidt een verbod van langere duur aan.



A. 1a - Buiten gebruik gesteld gedeelte van de vaarweg: vaarverbod, niet geldend voor een klein schip dat geen motorschip is



A. 13 - Verboden voor kleine schepen



A. 16 - Verboden voor door spierkracht voortbewogen schepen

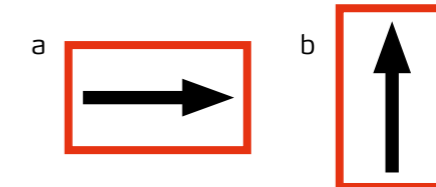


### B. Gebodstekens

Opmerking:

Deze tekens kunnen worden aangevuld of verduidelijkt met bijkomende tekens

B. 1 - Verplichting te varen in de richting aangegeven door de pijl



B. 3b - Verplichting de stuurboordzijde van het vaarwater te houden




B. 5 - Verplichting vóór het bord stil te houden onder bepaalde omstandigheden




### C. Aanwijzingstekens

Opmerking:


Deze tekens kunnen worden aangevuld of verduidelijkt met bijkomende tekens


E. 1 - In-, uit- of doorvaren toegestaan (algemeen teken)  of  of 

E. 3 Stuw 

E. 4 Niet-vrijvarende veerpont 

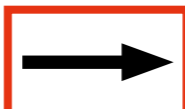

E. 4.1 Vrijvarende veerpont 



E. 16 Kleine schepen toegestaan 

E. 19 Door spierkracht voortbewogen schepen toegestaan 

### D. Bijkomende tekens

Categorieaanduidingen. Borden onder het hoofdteken, aangevende de categorie waarvoor het hoofdteken geldt

Verplichte vaarrichting, geldend voor motorschepen  

Aanbevolen vaarrichting, geldend voor kleine schepen  

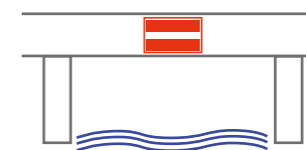
### E. Tekens aan kunstwerken

Opmerking:

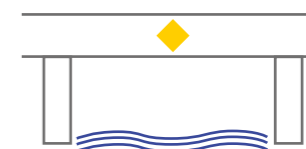
Deze tekens kunnen worden aangevuld of verduidelijkt met bijkomende tekens

E. 1 - Vaste bruggen en vaste delen van bruggen\*

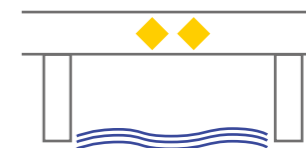
Verboden of aanbevolen doorvaartopeningen:  
- verboden doorvaartopening



Aanbevolen doorvaartopeningen\*\*:  
- tegenliggende vaart mogelijk



Aanbevolen doorvaartopeningen, voor tegenliggende vaart verboden



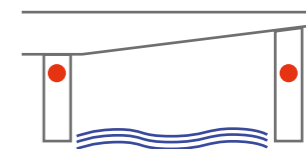
\* Niet gemarkeerde brugopeningen kunnen op eigen risico worden gebruikt

\*\* Bij een vaste brug met slechts één doorvaartopening kan een geel licht boven die doorvaartopening zijn aangebracht als oriënteringslicht

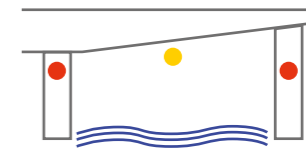
E. 2 - Beweegbare bruggen

Opmerking: het kan voorkomen dat de rode en groen lichten slechts aan één zijde van de doorvaartopening (als regel stuurboordzijde) zijn geplaatst

- Bruggen in bedrijf  
doorvaart verboden

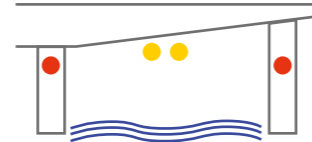


doorvaart gesloten brug toegestaan,  
tegenliggende vaart mogelijk

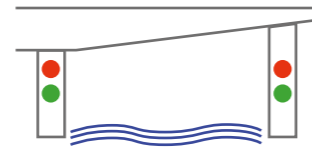




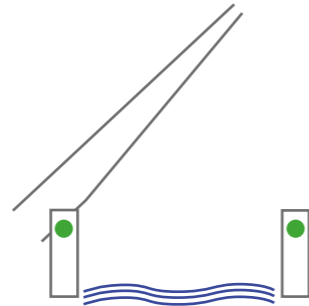
- doorvaart gesloten brug toegestaan,  
voor tegenliggende vaart verboden



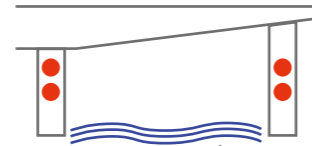
- doorvaart verboden, wordt aanstonds  
toegestaan



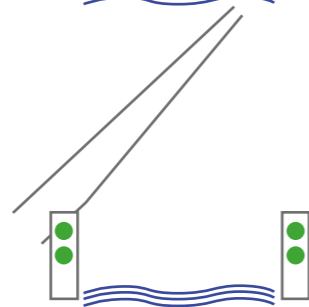
- doorvaart toegestaan



Bruggen buiten bedrijf  
- doorvaart verboden



- doorvaart toegestaan, brug is  
onbewaakt!



E. 3 - Sluizen (art. 6.28a)

De lichten bij sluizen zijn nagenoeg identiek aan die bij bruggen

Tot slot:

In voorgaande tekst vind je de theorie, zoals wij deze examineren bij WSV Binnenmaas. Deze theorie is samen met de praktijklessen en jouw studie op dit gebied voldoende om op een juiste wijze de verantwoordelijkheid over een boot te dragen. Echter: in werkelijkheid zijn er vele situaties, waarbij het geleerde niet toereikend zal blijken: je alertheid, oplossingsvermogen en flexibiliteit zullen je steeds meer dienen bij het dynamisch sturen van de boot.

Veel plezier en succes gewenst bij je verdere stuurontwikkeling!

Arno de Koningh, Koen van Beek.



foto: [www.arnohoogwerf.nl](http://www.arnohoogwerf.nl)

**Stage-/activiteitenboekje.**

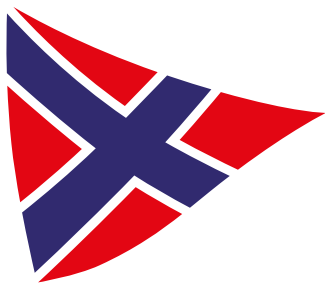
**In de periode dat je leert sturen is oefenen erg belangrijk. We bevelen je van harte aan vaak als stuurman op te treden en zo het geleerde nog verder in praktijk te brengen. Natuurlijk in je "bekende" ploeg, maar vooral ook bij onbekende, en bijvoorbeeld net afgeroede eerste jaars roeiers. Daar leer je het meeste bij.**

Hieronder het logboekje waar je je stuuractiviteiten vastlegt:

nr	datum	roeiactiviteit	opmerkingen
1			
2			
3			
4			
5			

nr	datum	roeiactiviteit	opmerkingen
6			
7			
8			
9			





**WSV BINNENMAAS**