

Terugklimmen in de boot

Onfortuinlijke roeiers hebben het niet voor het kiezen en vallen pardoes uit de boot. Onze kandidaat is voor de fotoserie gewoon uitgestapt. Figuur 1.



figuur 1



figuur 2

Kies de kant van de boot die voor jou op dat moment het prettigst is voor het inklimmen. Figuur 2.



figuur 3

Leg de riem aan die kant van de boot dwars op de boot en pak de andere riem erbij. Figuur 3.

Houd beide riemen met één hand vast. Probeer in de boot te klimmen. Let daar bij op dat het lichaam zo min mogelijk verticaal wordt gehouden, want je trekt de boot dan om.

Het is misschien makkelijker gezegd dan gedaan, maar het lukt doorgaans beter in de boot te komen als je er als het ware zo

veel mogelijk horizontaal op schuift. Je lichaam geeft tijdens het klimmen zo extra steun en balans, omdat je min of meer op het water drijft.

Ga zo snel mogelijk zitten (in welke houding dan ook) en leg onmiddellijk beide riemen plat op het water voor de balans. Figuur 4.

De rest gaat daarna vanzelf. Zoek weer de goede houding op en roei verder.
Met dank aan Michèle.



figuur 4

Als het niet goed lukt om te gaan zitten of je vergeet de riemen weer plat op het water te leggen, kukel je zo weer in het water. Dat is helemaal niet erg, want je was toch al nat. Begin gewoon weer opnieuw.



figuur 5



figuur 6