

De exameneisen

De examencommissie neemt de examens af. Het bestuur maakt, een indeling van de boten in klassen. Deze klassenindeling hangt onder andere in de loods. Om te mogen roeien in boten van een bepaalde klasse is een minimum aan examens vereist. Behalve de regels voor het afleggen van examens, kan het bestuur aanvullende regels vaststellen voor het gebruik van sommige boten in verband met wedstrijden bijvoorbeeld.

Wij kennen de volgende examens bij onze vereniging:

Theorie-examen, voordat enig examen kan worden afgenomen dient de theorie-toets voldoende te zijn gemaakt

Wherry-Stuur examen

Skiff 1-examen

Skiff 2-examen

Wherry-Stuur examen

Dit examen wordt afgenomen in een C2x+. De examiner roeit mee. Regel zelf een extra roeier.

Theorie:

- De belangrijkste scheepvaartregels.
- Boottypen en onderdelen van boot en riem.
- Het roeiverbod, wanneer er niet mag worden geroeid.
- De roeicommando's vanaf het in- tot het uitbrengen van boten en alles wat daar tussen zit.
- Kennis van het afschrijven boten en melden van schade via my fleet.
- Hoe te handelen bij omslaan.
- Kennis hebben van hoge en lage wal.
- Kennis hebben en goed gebruik maken van het commando: vastroeien.
- Kennis hebben van aanleggen.

Praktijk:

- Goed met het materiaal om kunnen gaan.
- Draag altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje.
- Het verschil weten tussen stuur- en bakboord.
- Roeitechniek beheersen.
- Roeicommando's adequaat geven.
- Goed kunnen manoeuvreren met de boot met en zonder roer.
- Aanleggen met gecontroleerde snelheid en tegen de wind in
- Rekening houden met wind en stromingen.
- Vaarmanoeuvres beheersen: wegvaren, aanleggen, wenden, houden, noodstop.

Skiff 1-examen

Dit examen wordt afgenomen in een skiff.

Algemeen:

- de zwemkunst machtig zijn.
- de eerstvolgende terugklimcursus volgen.

Theorie:

- Veiligheid: kleding, weer, omgaan met materiaal.
- De belangrijkste scheepvaartregels die van belang zijn voor de roeisport.
- Boottypen en onderdelen van boot en riem.
- Het roeiverbod, wanneer er niet mag worden geroeid.
- De roeicommando's.
- Kennis van het afschrijven boot en melding schade via my fleet.
- Hoe te handelen bij omslaan.

Praktijk:

- Het verschil weten tussen stuur- en bakboord.
- Goed met het materiaal om kunnen gaan.
- Draag altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje.
- Het afschrijven en klaarleggen van je roeimateriaal.
- Instappen, dol sluiten, voetenbord afstellen en adequaat afvaren.
- Halen en strijken met één riem.
- Halen en strijken met twee riemen in een rechte lijn over minimaal 500 meter met oprijden.
- Rondmaken over stuur- en bakboord (met oprijden).
- Omkijken na 10 tot 20 halen afhankelijk van de omstandigheden.
- De boot gecontroleerd stil leggen doormiddel van vastroeien.
- De boot stil leggen door een noodstop te maken.
- Zelfstandig aanleggen, zonder de kade aan te raken met riem of boot.
- Zelfstandig je dol openen en uitstappen.
- Je boot, met hulp, uit het water halen, schoon en droog maken.
- Het gebruikte materiaal binnen brengen.

Bevoegdheden:

Na het behalen van skiff 1-examen mag men zonder begeleiding in 'skiff-1'- boten varen.

Voor ouderen kan in plaats van in een skiff ook examen worden gedaan in een C1-boot. In dat geval krijgt men een C1-certificaat.

Skiff 2-examen

Algemeen:

- Dit examen wordt afgenomen in een skiff; je moet in bezit zijn van skiff 1-examen en het wherry-stuurexamen.
- Bij het skiff 2-examen hoort een vaardigheidsproef; 6 km binnen 45 minuten afleggen, regelmatig omkijken.
- Bij het skiff 2-examen hoort het twee keer sturen van een gladde 4.

Theorie:

- De belangrijkste scheepvaartregels die van belang zijn voor de roeisport.
- Boottypen en onderdelen van boot en riem.
- Het roeiverbod, wanneer er niet mag worden geroeid.
- De roeicommando's.
- Kennis van het afschrijven boot en melding schade via my fleet.
- Hoe te handelen bij omslaan.

Praktijk:

- Goed en veilig om kunnen gaan met het materiaal en zichzelf.
- Draag altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje.
- Halend, strijkend en slippend aanleggen.
- Aanleggen met beperkte ruimte langs de kade.
- Watervrij roeien, minimaal 1000 meter krachtige halen.
- Goede balans, aan te tonen door een vijftal 2e stops.
- Niet stilzitten tijdens de haal, polsen recht.
- Goede haalvolgorde (benen, rug, armen) en recover (armen, rug, benen).
- Snel wegzetten, correct haalbeeld wat betreft tempo en ritme: haal dus pas af in de derde stoppositie.
- Niet naduiken en niet door het bankje trappen.
- Gelijkmatische halen.
- Niet diepen, vlinderen of het uitlopen met je bladen.
- Het water naderen.
- Gelijke in- en uitpik van beide riemen.
- Watervrij strijken met hele bank oprijden.

Bevoegdheden:

Na het behalen van skiff 2-examen mag er zelfstandig worden geroeid, in 'skiff-2' boten, mits de veiligheidsregels niet worden overtreden.