

Examinering Amycus

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.

Voor het boordroeien geldt dat wel de mogelijkheid bestaat enkele instructielessen te krijgen, maar dat het boordroeien zelf niet geëxamineerd wordt.

Wij kennen de volgende examens bij onze vereniging:

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

Roeien 1

Sturen 1

Sturen 2

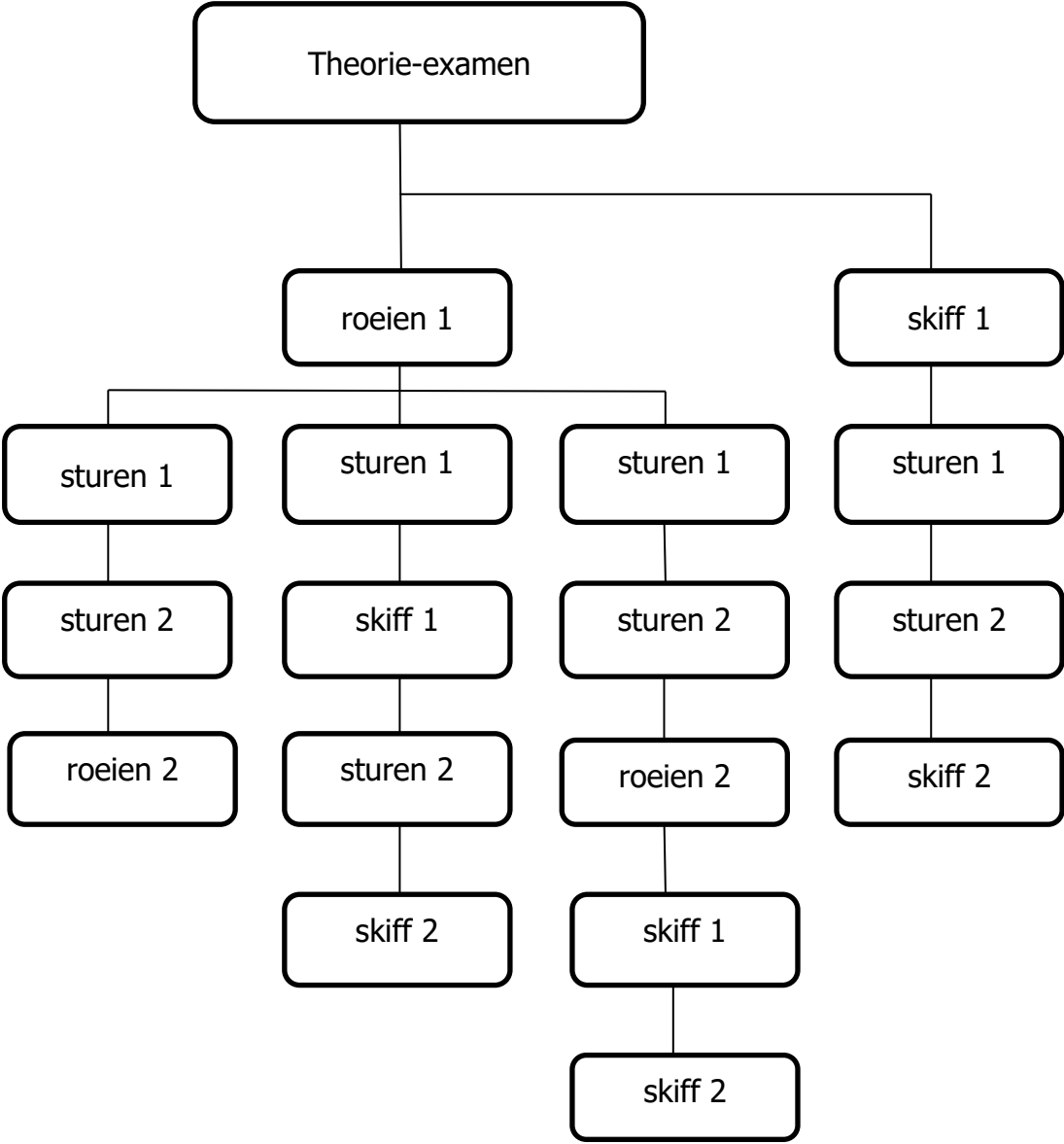
Roeien 2

Skiff 1

Skiff 2

De kandidaat bepaalt samen met de instructeur welke ontwikkeling het meest voor de hand ligt. De volgorde waarin de praktijkexamens worden afgelegd ligt niet echt vast.

Mogelijke routes roei-examens



Theorie

De kandidaat legt het theorie-examen schriftelijk af. Voor de theorie is de inhoud van het Theorie-examen document leidend. Tevens is de kennis van het onderstaande van belang.

De kandidaat:

- geeft de veiligheid van de bemensing van de boot altijd de hoogste prioriteit
- kan het in de stelling leggen en uit de stelling halen van boten zonder dat dat schade oplevert met bijbehorende commando's beschrijven (bovenliggende boten schuin leggen met een houten blok)
- kan het in het water leggen en uit het water halen van boten zonder dat roer en scheg de kade raken met bijbehorende commando's beschrijven
- kan de te dragen kleding afhankelijk van het weer benoemen
- kan boortypen en onderdelen van boot en riem benoemen
- kan de belangrijkste scheepvaartregels die van belang zijn voor de roeisport opschrijven
- kan de vijf regels voor het roeiverbod, wanneer er niet mag worden geroeid, opschrijven
- kan de roeicommando's vanaf het in- tot het uitbrengen van boten en alles wat daartussen zit, correct geven/opschrijven
- kan de roeicommando's vanaf het in- tot het uitbrengen van boten en alles wat daartussen zit, correct opvolgen/opschrijven welke handeling uitgevoerd moet worden
- kan het afschrijven boot en melding schade via *my fleet* beschrijven
- kan uitleggen hoe te handelen bij omslaan
- kan beschrijven welke wal de hoge en welke wal de lage wal is
- kan de procedure van het aanleggen en de bijbehorende commando's opschrijven:
vanuit het noorden: laat lopen, stuurboordriemen hoog, overhellen naar bakboord, bakboord vastroeien, bakboord houden
vanuit het zuiden: laat lopen, bakboordriemen hoog, overhellen naar stuurboord, stuurboord vastroeien, stuurboord houden.

Roeien 1

De opleiding scullen in C- materiaal is door de kandidaat gevolgd.

De kandidaat beheerst de basis van het roeien. Hij/zij weet hoe het bij Amycus is geregeld o.a. het afschrijven, schademelding etc. De examinator stuurt. In geval van gebruik C2X+ regelt de kandidaat een 2^e roeier.

Doel van de examinering

De kandidaat beheerst de procedure van het in- en uit het water halen van de C-boten. De kandidaat toont aan de C-boot onder controle te hebben.

De zwemkunst machtig zijn.

Instructie bijeenkomst in- en uitbrengen van de boot hebben gevolgd.

Theorie

Het theorie-examen is met goed gevolg afgelegd en de theorie is bijgehouden.

Praktijk

De kandidaat

- weet welk boord stuurboord en welk boord bakboord is
- gaat dusdanig met boot en riemen om dat er geen beschadigingen ontstaan
- draagt altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje
- kan de boot afschrijven in *myfleet*
- legt de riemen klaar op het riemenrek
- kan zonder hulp instappen, dol sluiten en voetenbord afstellen
- gaat pas afvaren als het vaarwater vrij is
- kan veilig zitten op een boord
- kan halen en strijken met één riem met vaste bank
- kan halen met twee riemen in een rechte lijn over minimaal 500 meter met oprijden
- kan tien strijkhaken maken met twee riemen in een rechte lijn (met en zonder oprijden)
- kan rondmaken over stuur- en bakboord (met en zonder oprijden)
- kan de boot gecontroleerd stil leggen doormiddel van vastroeien
- kan de boot stil leggen door een noodstop te maken
- kan de boot aanleggen, zonder de kade aan te raken met riem of boot
- kan de dol openen en uitstappen
- kan de boot, met hulp, uit het water halen, schoon en droog maken.
- kan het gebruikte materiaal binnen brengen.

N.B. 1. Er wordt geëxamineerd in een C-boot , thans de Kleine Topper of een C2X+.

2. De vaardigheden moeten ook getoond worden zonder dat de stuur stuurt.

3. In de C2x+ zit de kandidaat op boeg om de vaardigheid van ad. 2 te tonen.

4. Examen doen in de IJsvogel of Stormvogel kan ook.

Bevoegdheden

Na het behalen van roeien 1-examen mag men in C-boten meevaren.

Roeien 2

Het examen geeft toegang tot roeien in glad materiaal. De kandidaat heeft roeien 1, sturen 1 en sturen 2 examen gehaald, dit geldt als een voorwaarde. Het examen wordt afgenomen in een gladde vier.

Doel van de examinering

De kandidaat beheerst de procedure van het in- en uit het water halen van de gladde boot. De kandidaat toont aan de techniek van het roeien te beheersen.

Theorie

Het theorie-examen is met goed gevolg afgelegd en de theorie is bijgehouden.

Praktijk

De kandidaat

- weet welk boord stuurboord en welk boord bakboord is
- gaat dusdanig met boot en riemen om dat er geen beschadigingen ontstaan
- draagt altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje
- kan de boot afschrijven in *myfleet*
- kan met de juiste commando's de boot naar buiten brengen en te water laten
- kan zonder hulp instappen, dol sluiten en voetenbord afstellen
- gaat pas afvaren als het vaarwater vrij is
- kan veilig zitten op een boord
- kan halen en strijken met één riem
- kan halen met twee riemen in een rechte lijn over minimaal 200 meter met oprijden
- kan tien strijkhaken maken met twee riemen zowel met vaste bank als met oprijden in een rechte lijn
- kan rondmaken over stuur- en bakboord (met en zonder oprijden)
- kan de boot gecontroleerd stil leggen doormiddel van vastroeien
- kan de boot stil leggen door een noodstop te maken
- kijkt om zo vaak als nodig afhankelijk van de omstandigheden
- kan zelfstandig aanleggen, zonder de kade aan te raken met riem of boot
- kan zelfstandig de dol openen en uitstappen
- kan de boot met de goede commando's uit het water halen, schoon en droog maken
- kan het gebruikte materiaal met goede commando's binnen brengen.

Bevoegdheden

De kandidaat kan mee roeien in gladde vieren of gladde tweeën indien minimaal één van de roeiers skiff 1 heeft.

Skiff 1

Doel van de examinering

De kandidaat beheerst de procedure van het in- en uit het water halen van de skiff zonder schade. De kandidaat toont de skiff tijdens het varen onder controle te hebben

Algemeen

De kandidaat is de zwemkunst machtig.

De kandidaat zal de eerstvolgende terugklimcursus volgen.

Theorie

Het theorie-examen is met goed gevolg afgelegd en de theorie is bijgehouden.

Praktijk

De kandidaat

- weet welk boord stuurboord en welk boord bakboord is
- gaat dusdanig met boot en riemen om dat er geen beschadigingen ontstaan
- draagt altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje
- kan de boot afschrijven in *myfleet*
- kan met de juiste commando's de boot naar buiten brengen en te water laten
- kan zonder hulp instappen, dol sluiten en voetenbord afstellen
- gaat pas afvaren als het vaarwater vrij is
- kan veilig zitten op een boord
- kan halen en strijken met één riem
- kan halen en strijken met twee riemen in een rechte lijn over minimaal 100 meter met oprijden
- kan rondmaken over stuur- en bakboord (met oprijden)
- kijkt om na 10 tot 20 halen afhankelijk van de omstandigheden
- kan de boot gecontroleerd stil leggen doormiddel van vastroeien
- kan de boot stil leggen door een noodstop te maken
- kan zelfstandig aanleggen, zonder de kade aan te raken met riem of boot
- kan zelfstandig de dol openen en uitstappen
- kan de boot met de goede commando's uit het water halen, schoon en droog maken
- kan het gebruikte materiaal met goede commando's binnen brengen.

Bevoegdheid

De geëxamineerde mag zelfstandig roeien in skiff 1 gekwalificeerde boten.

Daarnaast mag voor skiff 2 geoefend worden in gezelschap van een skiff 2 gecertificeerd lid van de vereniging.

Skiff 2

Doel van de examinering

De kandidaat beheerst de procedure van het in- en uit het water halen van de skiff zonder schade. De kandidaat toont aan de techniek van het skiffen te beheersen.

Algemeen

Dit examen wordt afgenomen in een skiff; je moet in bezit zijn van skiff 1, sturen 1 en sturen 2.

Bij het skiff 2-examen hoort een vaardigheidsproef:
6 km binnen 45 minuten afleggen, regelmatig omkijken.

Theorie

Het theorie-examen is met goed gevolg afgelegd en de theorie is bijgehouden.

Praktijk

De kandidaat

- gaat goed en veilig om met het materiaal en zichzelf
- draag altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje
- kan halend, strijkend en slippend aanleggen
- kan aanleggen met beperkte ruimte langs de kade
- kan watervrij roeien, minimaal 1000 meter met krachtige halen
- heeft goede balans, aan te tonen door een vijftal 2e stops
- blijft niet stilzitten tijdens de haal, houdt polsen recht
- heeft goede haalvolgorde (benen, rug, armen) en recover (armen, rug, benen)
- kan snel wegzetten, correct haalbeeld wat betreft tempo en ritme: de haal is dus pas af in de derde stoppositie
- zal niet naduiken en niet door het bankje trappen
- maakt gelijkmatige halen
- zal niet diepen, vlinderen of het uitlopen met de bladen
- zal het water correct naderen.
- heeft gelijke in- en uitpik van beide riemen
- kan watervrij strijken met hele bank oprijden

Bevoegdheid

De geëxamineerde mag roeien in skiff 2 gekwalificeerde boten.

Sturen 1

Inleiding

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

Doel van de examinering

De kandidaat beheerst de procedure van het in- en uit het water halen van de C boten. De kandidaat toont aan de c boot en de bemanning tijdens het sturen onder controle te hebben.

Theorie

Het theorie-examen is met goed gevolg afgelegd en de theorie is bijgehouden.

Praktijk

De kandidaat

- kan de boot afschrijven in *myfleet*
- gaat dusdanig met het materiaal om dat er geen schade optreedt
- draagt altijd een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje
- weet welk boord stuurboord en welk boord bakboord is
- beheerst de roeitechniek
- kan de roecommando's adequaat geven
- kan met de boot manoeuvreren, met en zonder roer, zonder dat er schade ontstaat
- kan aanleggen met gecontroleerde snelheid en tegen de wind in
- houdt rekening met wind en stromingen.
 - beheerst de vaarmanoeuvres: wegvaren (vaarwater vrij), aanleggen, ronden, houden, noodstop
- is verantwoordelijk voor de veiligheid tijdens uitdragen van de boot, het te water leggen, het (af)varen, het aanleggen en binnendragen van de boot
- blijft bij de boot
- zorgt er voor dat iedereen kan instappen, en helpt mensen die hier moeite mee hebben
- stapt als laatste in en eerste weer uit
- geeft tijdens het roeien instructie om het varen van de boot te verbeteren
- noemt daarbij het nummer van de roeier en niet de naam
- zorgt voor een goede sfeer in de boot gericht op een goede vaart waardoor iedereen plezierig kan roeien

Bevoegdheden

Na het behalen van het sturen 1 examen is men gekwalificeerd om C-boten te sturen.

Sturen 2

Algemeen

Het sturen 2 examen wordt afgelegd om de vaardigheden met sturen vanaf de boegplaats te tonen. Logischerwijs is het sturen 1 en roeien 1 examen al gehaald. De vaardigheid wordt getoond in een C2/3 of C4/5 boot. De geëxamineerde zit op boeg en zorgt voor een mederoeier. De examinerator roeit mee.

Het verdient aanbeveling ook een aantal keren in een gladde vier te sturen tijdens de instructie.

Doel van de examinering

De kandidaat beheerst de procedure van het zonder schade in en uit de stelling halen en het in en uit het water halen van de gladde boten. De kandidaat toont aan de gladde boten inclusief de bemanning, ook bij gebruik van voetstuur, onder controle te hebben.

Theorie

Het theorie-examen is met goed gevolg afgelegd en de theorie is bijgehouden.

Praktijk

De kandidaat

- gaat dusdanig om met de riemen, de bankjes en de boot zodat er geen schade ontstaat
- weet hoe en waar een C-boot en een gladde boot getild moeten worden
- draagt een geel of oranje (of anderszins goed zichtbaar) hesje
- maakt als stuur/boegroeier gebruik van een spiegel ter oriëntatie
- beheerst de roeitechniek
- weet dat de stuur/boegroeier en de stuur de baas is aan boord en laten dit merken
- kan met de juiste commando's de boot naar buiten brengen en te water laten
- kent alle basiscommando's en kan ze adequaat geven
- kan goed manoeuvreren met de boot met en zonder roer
- legt met gecontroleerde snelheid tegen de wind in aan en met de wind mee
- kan eventueel ook strijkend aanleggen (niet met een boot met aangehangen roer)
- houdt rekening met wind en stromingen.
- beheerst vaarmanoeuvres: wegvaren (vaarwater vrij), aanleggen, ronden, vastroeien, houden, noodstop
- laat de boot met de goede commando's uit het water halen, schoon en droog maken
- brengt het gebruikte materiaal met goede commando's naar binnen en naar buiten zonder schade te veroorzaken

Bevoegdheden

De kandidaat mag na het behalen van het examen sturen 2 met een voetstuur op de boegplaats roeien/sturen zowel in C-boten als in gladde boten.

De kandidaat mag nu ook sturen vanaf de stuurplaats in gladde boten.

De ploeggenoten zijn minimaal in het bezit van roeien 1 in het geval van C-boten en van roeien 2 in het geval van gladde boten.