



Stuurkaart RV Naarden Roecommando's

Uitbrengen glad hoog	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... laag houden ... rechter schouder nu ... zwenken nu ... denk om de afstap.</i>
Uitbrengen glad laag	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... laag houden ... slag loopt om ... twee loopt om etc. ... draaien met de open kant naar de soos.</i>
Uitbrengen C-materiaal	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... laag houden ... draaien met de open kant naar vlot/loods/clubgebouw ... nu.</i>
Inleggen glad materiaal	<i>Handen in de spanten ... voor de magen ... overslagen los ... tenen aan de rand van het vlot ... en ver weg.</i>
Instappen	<i>Klaarmaken om in te stappen ... instappen gelijk ... 1 ... 2 ... en 3 ... overslagen dicht ... handen aan het vlot, stuur stapt in.</i>
Uitzetten	<i>Uitzetten gelijk ... nu ... intrekken de riemen vlotzijde ... afduwen nu.</i>
Wegvaren	<i>Slagklaar maken ... slagklaar ... (bladen bedekt, boot recht) ... af.</i>
Brug onderdoor	<i>We naderen de brug ... laat ... lopen ...slippen nu/intrekken gelijk ... pas op de riemen (aan bak/stuurboord/stuurboord) ... Riemen uitbrengen, wanneer dat kan ... en pak maar weer op.</i>
Bocht maken	<i>Laat ... lopen ... vast (roeien) ... houden bak/stuurboord ... overhellen naar het houdende boord ... en bedankt. We gaan ronden over bak/stuurboord (om en om) ... bak/stuurboord begint met strijken /we beginnen met strijken aan bak/stuurboord ... rondmaken nu.</i>
Stoppen	<i>Laat ... lopen ... vast (roeien) ... en houden beide boorden ... En bedankt (houden beide boorden).</i>
Oefening uitvoeren	<i>We gaan zo drie halen opbouwen, gevolgd door tien halen hard... ... Drie plus tien ... na ... nu.</i>
Aanleggen	<i>We naderen het vlot light paddle ... spoelhaal ... laat ... lopen... riemen aan bak/stuurboord hoog ... klaarmaken om te houden ... houden.</i>
Uitstappen	<i>Handen aan het vlot, stuur stapt uit ... overslagen los ... klaar-maken om uit te stappen ... uitstappen gelijk ... 1 ... 2 ... en 3.</i>
Uit water tillen glad hoog	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... boven de hoofden hoog ... uitsplitsen om en om, slag naar waterzijde/bak/stuurboord onderdoor ... in de handen nu ... zwenken.</i>
Inbrengen glad hoog	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... boven de hoofden hoog ... linker/rechter schouder nu ... (naar land/zee) ... inschuiven nu</i>
Uit water tillen glad laag	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... slag loopt om ... twee loopt om etc. ... draaien met open kant naar het water nu ...zwenken.</i>
Inbrengen glad laag	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... slag loopt om ... twee loopt om etc. ... (naar land/zee) ... inschuiven nu.</i>
Inbrengen C-materiaal	<i>Handen in de spanten ... tillen gelijk nu ... (draaien met de open kant naar de sociëteit nu) ... inschuiven nu.</i>



Stuurkaart RV Naarden Manoeuvreren met een boot

Boot heeft snelheid	Wat gebeurt er?
<i>Bak/stuurboord sterk</i>	Roeiers halen harder, boot maakt ruime cirkel
<i>Houden bak/stuurboord</i>	Roeiers houden, boot maakt krappe cirkel

Boot ligt stil: halen	Wat gebeurt er?
<i>Bak/stuurboord halen</i>	Roeiers halen, boot maakt krappe cirkel
<i>Haaltje bak/stuurboord</i>	Roeiers maken één hele haal, boot schuin vooruit
<i>Klapje halen bak/stuurboord</i>	Roeiers maken vaste bank haal, boot beetje vooruit
<i>Halen bak/stuurboord boeg</i>	Boeg maakt hele halen, boot schuin opzij
<i>Haaltje bak/stuurboord boeg</i>	Boeg maakt één hele haal, boot beetje schuin opzij
<i>Klapje halen bak/stuurboord boeg</i>	Boeg maakt vaste bank haal, boot klein beetje schuin opzij
<i>Boeg inpikhaaltjes</i>	Boeg maakt in inpik houding kleine haaltjes, punt verplaatst alleen zijwaarts
<i>Ronden over bak/stuurboord</i>	Roeiers strijken en halen, boot draait om zijn as

Boot ligt stil: strijken	Wat gebeurt er?
<i>Strijken bak/stuurboord</i>	Roeiers strijken, boot in cirkel naar achteren
<i>Strijkhaaltje bak/stuurboord</i>	Roeiers maken één strijkhaal, boot naar achteren
<i>Klapje strijken bak/stuurboord</i>	Roeiers maken vaste bank strijkhaal, boot beetje naar achteren
<i>Slippend strijken bak/stuurboord</i>	Roeiers strijken slippend, boot naar opzij
<i>Strijken beide boorden</i>	Roeiers strijken, boot naar achteren

Kijk ver vooruit: anticipeer en geef voorrang aan terugvarende ploegen.
Heb oog voor tradities: gebruik vaste commando's, spreek ze helder uit.
Respecteer de stuur: roeiers doen niets totdat een commando gegeven is.
Voorkom schade altijd: boten en riemen komen nooit ergens tegen aan.
Wees beleefd: bedank ploegen die voor je laten lopen. Vaar veilig!



Stuurkaart RV Naarden

Roecommando's

Uitbrengen glad hoog	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... laag houden ... rechter schouder nu ... zwenken nu ... denk om de afstap.</i>
Uitbrengen glad laag	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... laag houden ... slag loopt om ... twee loopt om etc. ... draaien met de open kant naar de soos.</i>
Uitbrengen C-materiaal	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... laag houden ... draaien met de open kant naar vlot/loods/clubgebouw ... nu.</i>
Inleggen glad materiaal	<i>Handen in de spanten ... voor de magen ... overslagen los ... tenen aan de rand van het vlot ... en ver weg.</i>
Instappen	<i>Klaarmaken om in te stappen ... instappen gelijk ... 1 ... 2 ... en 3 ... overslagen dicht ... handen aan het vlot, stuur stapt in.</i>
Uitzetten	<i>Uitzetten gelijk ... nu ... intrekken de riemen vlotzijde ... afduwen nu.</i>
Wegvaren	<i>Slagklaar maken ... slagklaar ... (bladen bedekt, boot recht) ... af.</i>
Brug onderdoor	<i>We naderen de brug ... laat ... lopen ...slippen nu/intrekken gelijk ... pas op de riemen (aan bak/stuurboord/stuurboord) ... Riemen uitbrengen, wanneer dat kan ... en pak maar weer op.</i>
Bocht maken	<i>Laat ... lopen ... vast (roeien) ... houden bak/stuurboord ... overhellen naar het houdende boord ... en bedankt. We gaan ronden over bak/stuurboord (om en om) ... bak/stuurboord begint met strijken /we beginnen met strijken aan bak/stuurboord ... rondmaken nu.</i>
Stoppen	<i>Laat ... lopen ... vast (roeien) ... en houden beide boorden ... En bedankt (houden beide boorden).</i>
Oefening uitvoeren	<i>We gaan zo drie halen opbouwen, gevolgd door tien halen hard... ... Drie plus tien ... na ... nu.</i>
Aanleggen	<i>We naderen het vlot light paddle ... spoelhaal ... laat ... lopen... riemen aan bak/stuurboord hoog ... klaarmaken om te houden ... houden.</i>
Uitstappen	<i>Handen aan het vlot, stuur stapt uit ... overslagen los ... klaar-maken om uit te stappen ... uitstappen gelijk ... 1 ... 2 ... en 3.</i>
Uit water tillen glad hoog	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... boven de hoofden hoog ... uitsplitsen om en om, slag naar waterzijde/bak/stuurboord onderdoor ... in de handen nu ... zwenken.</i>
Inbrengen glad hoog	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... boven de hoofden hoog ... linker/rechter schouder nu ... (naar land/zee) ... inschuiven nu</i>
Uit water tillen glad laag	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... slag loopt om ... twee loopt om etc. ... draaien met open kant naar het water nu ...zwenken.</i>
Inbrengen glad laag	<i>Aan de boorden ... tillen gelijk nu ... slag loopt om ... twee loopt om etc. ... (naar land/zee) ... inschuiven nu.</i>
Inbrengen C-materiaal	<i>Handen in de spanten ... tillen gelijk nu ... (draaien met de open kant naar de sociëteit nu) ... inschuiven nu.</i>



Stuurkaart RV Naarden

Manoeuvreren met een boot

Boot heeft snelheid	Wat gebeurt er?
<i>Bak/stuurboord sterk</i>	Roeiers halen harder, boot maakt ruime cirkel
<i>Houden bak/stuurboord</i>	Roeiers houden, boot maakt krappe cirkel

Boot ligt stil: halen	Wat gebeurt er?
<i>Bak/stuurboord halen</i>	Roeiers halen, boot maakt krappe cirkel
<i>Haaltje bak/stuurboord</i>	Roeiers maken één hele haal, boot schuin vooruit
<i>Klapje halen bak/stuurboord</i>	Roeiers maken vaste bank haal, boot beetje vooruit
<i>Halen bak/stuurboord boeg</i>	Boeg maakt hele halen, boot schuin opzij
<i>Haaltje bak/stuurboord boeg</i>	Boeg maakt één hele haal, boot beetje schuin opzij
<i>Klapje halen bak/stuurboord boeg</i>	Boeg maakt vaste bank haal, boot klein beetje schuin opzij
<i>Boeg inpikhaaltjes</i>	Boeg maakt in inpik houding kleine haaltjes, punt verplaatst alleen zijwaarts
<i>Ronden over bak/stuurboord</i>	Roeiers strijken en halen, boot draait om zijn as

Boot ligt stil: strijken	Wat gebeurt er?
<i>Strijken bak/stuurboord</i>	Roeiers strijken, boot in cirkel naar achteren
<i>Strijkhaaltje bak/stuurboord</i>	Roeiers maken één strijkhaal, boot naar achteren
<i>Klapje strijken bak/stuurboord</i>	Roeiers maken vaste bank strijkhaal, boot beetje naar achteren
<i>Slippend strijken bak/stuurboord</i>	Roeiers strijken slippend, boot naar opzij
<i>Strijken beide boorden</i>	Roeiers strijken, boot naar achteren

Kijk ver vooruit: anticipeer en geef voorrang aan terugvarende ploegen.
Heb oog voor tradities: gebruik vaste commando's, spreek ze helder uit.
Respecteer de stuur: roeiers doen niets totdat een commando gegeven is.
Voorkom schade altijd: boten en riemen komen nooit ergens tegen aan.
Wees beleefd: bedank ploegen die voor je laten lopen. Vaar veilig!