

## Exameneisen BO2 (Boordroeien C4+)

### Vaardigheden die tijdens het examen getoetst worden:

- 1) Het kunnen uit- en inbrengen van de boot
- 2) Het zorgvuldig omgaan met het materiaal
- 3) Het zelfstandig kunnen afstellen van het voetenbord
- 4) Het kunnen weggkomen van het vlot
- 5) Het op de juiste wijze vasthouden van de riem
- 6) Het inbuigen tijdens het oprijden naar het eigen boord
- 7) De juiste volgorde kunnen maken tijdens de recover: armen, romp, benen
- 8) De juiste volgorde kunnen maken tijdens de haal: benen, romp, armen
- 9) Het kunnen strijken met beide riemen, met volledig oprijden
- 10) De juiste balans houden in de boot tijdens de haal en de recover
- 11) Het watervrij kunnen roeien
- 12) Gelijk kunnen roeien met je ploeggenoten
- 13) Het kunnen rondmaken, met volledig oprijden
- 14) Halend kunnen aanleggen
- 15) Het kunnen opvolgen van de commando's van de stuurvrouw of –man
- 16) Materiaalkennis hebben en kennis van het vaarreglement.  
*Zie hiervoor het onderdeel over het Theorie-examen*