

Basishandelingen	Verklaring en uitleg commando of extra informatie
<p><u>Uitstappen uit de boot</u></p> <p>'Handen aan het vlot'</p> <p>'Stuur stapt uit'</p> <p>INGEVAL VAN EEN '8': 'Boeg stapt uit'</p> <p>'Overslagen los aan waterzijde' OF 'Overslagen los aan Bakboord'</p> <p>'Klaarmaken om uit te stappen'</p> <p>'Uitstappen gelijk ...</p> <p>... Eén ...</p> <p>... Twee ...</p> <p>... Drie'</p> <p>'Overslagen los aan vlotzijde' OF 'Overslagen los aan stuurboord'</p>	<p><u>JITTEG</u> en <u>VOORBEREIDING</u> door <u>STUUR</u>:</p> <p>- De Stuur stapt eerst uit en daarna de roeiers. Ingeval van een '8' stapt de Boeg uit direct na de Stuur maar vóór de andere roeiers. De Boeg houdt dan bij zijn plaats de boot vast als de andere roeiers uitstappen.</p> <p>- De Stuur houdt de boot vast vanaf het commando voor het losmaken van de overslagen totdat de roeiers uit de boot zijn gestapt.</p> <p>- Als een volgende ploeg de boot overneemt, kunnen de overslagen aan waterzijde vast blijven. Indien niet, moeten ze geopend zijn vóór het uitstappen. In onderstaande beschrijving gaat de boot uit het water.</p> <p>- De Stuur houdt de boot ca. 10 cm van het vlot als de roeiers uitstappen.</p> <p>-----</p> <p>Voordat de Stuur kan uitstappen moet de boot stabiel en stevig aan de kant liggen. Alle roeiers houden het vlot vast met de hand aan vlotzijde.</p> <p>De Stuur stapt uit en houdt daarna de boot in het midden aan het dolboord vast.</p> <p>In geval van een '8' geeft de Stuur nu het commando 'Boeg stapt uit'. Nadat de Boeg is uitgestapt, houdt zij of hij de boot vast aan het dolboord bij de boegplaats.</p> <p>Alle roeiers maken het overslagje aan waterzijde los. In het geval van een normale aanleg aan ons vlot is dat aan Bakboord. De Stuur en - ingeval van een '8' ook de Boeg -, blijven de boot voortdurend vasthouden.</p> <p>De roeiers treffen de voorbereiding om uit te stappen.</p> <p>Bij 'Uitstappen gelijk' haalt elke roeier de voet aan de waterkant uit de voetriem en zet deze op het opstapplankje.</p> <p>Op 'Eén' buigt het lichaam naar voren en iets omhoog. Ook komt de andere voet uit de voetriem.</p> <p>Op 'Twee' zet de roeier die voet op het vlot en neemt de riem van waterzijde mee naar het vlot.</p> <p>Op 'Drie' zet elke roeier de voet van de waterkant op het vlot en trekt de riem van de waterzijde verder mee naar het vlot.</p> <p>Zodra de roeier op de kant staat, maakt zij of hij het overslagje aan vlotzijde los en neemt de riem uit de dol en legt deze weg in (bij voorkeur) de waterbak of aan de uiterste zijkant van het vlot.</p> <p>Indien gewenst kunnen de roeiers de riemen ook direct opruimen, Ze drogen dan de riem(en) af en ruimen deze direct op. Scull-riemen mogen per twee worden gedragen, boordriemen gaan per stuk naar de loods.</p> <p>Volgende stap is: Boot uit water halen en inbrengen in loods</p>