

En A-styrmand i Skelskør Roklub skal kunne:

Udpege, navngive og justerede vigtigste dele i båden.

Årer, ror, sidelangremme, midterlangrem, rullesæder, spændholter, årerigge, fangliner, øsekar, bådshage. Sætte et løst sæde ”på skinner” igen. Justere spændholter.

Gøre rede for styrmandens ansvar inden turen.

Bedømme vejret og vejrudsigten og tage stilling til, om det er forsvarligt at gå på vandet. Skrive båd og mandskab ud i computeren. Markere ansvarlig styrmand. Kontrollere, at alle har roret. Kontrollere at alle har medbragt redningsvest. Kontrollere sikkerhedsudstyr. Kontrollere bundprop(per). Kontrollere roret. Kontrollere flag og klubstander. Kontrollere, at årerne er placeret rigtigt (1,2,3,4). Kontrollere, at årerigge vender rigtigt, når årerne er sat i. Kommandere roerne i båden, 2 ad gangen.

Gøre rede for styrmandens ansvar under turen.

Opretholde ro og orden i båden. Sørge for, at man overholder søvejsreglerne og klubbens vedtægter. Vende om, hvis mindst en deltager ønsker det. Styrmanden har det overordnede ansvar for båd og mandskab.

Gøre rede for styrmandens ansvar efter turen.

Kommandere roerne op af båden, 2 ad gangen. Skrive båden hjem i computeren. Sørge for, at båden tages korrekt op af vandet. Sørge for, at båd og årer tørres af og stilles på plads i bådhallen. Sørge for rengøring af båden, hvis det er nødvendigt. Hvis der er sket skade på båden, repareres den, hvis muligt, og der rapporteres til materielforvalteren.

Gøre rede for styrmandens ansvar ved en kæntring (øvelse).

Styrmanden har kommandoen, når man ligger i vandet. Han skal sikre sig, at alle er ved bevidsthed og har eller tager redningsvest på. Hvis båden ligger med bunden i vejret (øvelse), placerer styrmanden en person ved stævnen og en person ved agterenden. Resten af mandskabet (1 eller 3) placeres ved den ene langside, alle på samme side. På styrmandens kommando løfter alle lodret op i båden (tæl til tre), og båden vil vende. Personer i vandet entrer båden, en ad gangen, og de, der er i vandet holder fast i rælingen imens for at stabilisere båden. Personer i båden placerer deres egen vægt så bedst mulig balance opnås.

Lægge fra klubbens bro, vende båden og styre korrekt til Kabelmærket.

Styrmanden tager bestik af strøm og vind og planlægger, hvilken vej båden skal vende. På vejen fra roklubben til Slagternæs kan man ro udenfor sejlrenden, men fra Slagternæs til Kabelmærket skal man være i sejlrenden.

Sørge for, at bytning af pladser foregår korrekt og sikkert.

Vi bytter normalt plads første gang ved Kabelmærket, men hvis vind og bølger er for kraftige, kan man i stedet bytte plads i Inderfjorden, lige før Slagternæs. Eventuelle bølger skal komme på langs af båden, når man bytter plads. Bytning af plads foregår altid så vidt muligt på lavt vand. Kun en person ad gangen må flytte sig fra sin plads.

Gøre rede for, hvor man skal være i sejlrenden, og hvor man kan/skal være udenfor.

Fra roklubben til Slagternæs må man ro udenfor sejlrenden. Rundt om Slagternæs og hen til kabelmærket skal man være i sejlrenden. Fra kabelmærket og til 3. grønne bøje før Vasebro må man ro udenfor sejlrenden syd for denne. Derefter skal man være i sejlrenden indtil Estakaderne. I Storebælt skal man ikke tage hensyn til nogen sejlrende. Når man skifter plads i båden, skal man helst være udenfor sejlrenden, da båden ikke er manøvreedygtig, mens det foregår.

Styre korrekt fra kabelmærket til estakaderne.

I sejlrenden skal man holde til højre (styrbord). Vigereglerne er i roklubben sådan, at vi viger for alt.

Vende båden 180 grader med uret ved hjælp af skodde- og ro-kommandoer.

Styrbord side starter med at skodde – bagbord ror.

Vende båden 180 grader mod uret ved hjælp af skodde- og ro-kommandoer.

Bagbord side starter med at skodde – styrbord ror.

Vende båden 180 grader inde i havnen.

Tag højde for vind og strøm, og vend på den snævre plads uden at ramme noget.

Instruere roerne i at løfte og bære båden.

Styrmanden tager fat i stævnen, og roerne tager fat i sidelangremmen, lige mange på hver side. Man løfter med ret ryg ved at bruge benmusklerne.

Forestå en korrekt landgang på en sandstrand.

Styrmanden går først fra borde og holder båden, mens roerne stiger ud, to ad gangen til hver sin side. Årenerne tages ud af riggene og lægges i båden. Roret tages af. Båden bæres op på stranden, eller man bruger en bådrulle.

Lægge korrekt ud fra en sandstrand.

Båden bæres ud i vandet, eller man bruger en bådrulle. Roret sættes på, og årenerne placeres i åreriggene. Styrmanden holder båden, mens roerne stiger ombord, to ad gangen fra hver sin side. Styrmanden stiger ombord til sidst.

Lægge korrekt til ved klubbens bådebro.

Styrmanden vurderer strøm og vind og sætter kursen efter dette. Der udvises stor forsigtighed (små roning). Ved stor afdrift fra broen styrer man skråt ind mod broen, og styrbord side skal sætte i, lige før broen rammes. Man er klar til at bruge bådshagen. Øvelse gør mester!

Lægge korrekt til og fra ved bølgebryderen.

Prøve at lægge både styrbord og bagbord side til bølgebryderen. Åren langs ind mod bølgebryderen.

Lægge korrekt til og fra ved en havnemole.

Lægge korrekt til og fra ved molen ved Harboes bryggeri.

Fortøje båden med et dobbelt halvstik.

Man kan øves sig ved sejlkubbens prøvestander.

Kravle ud på agterdækket og afmontere roret eller flaget.

Manøvrere båden rundt om Slagternæs og hjem uden brug af ror (kommandoer).

Lægge til ved klubbens bro uden brug af ror (kommandoer).

Udvide overblik og ro i enhver situation.

(kandidater til styrmandsprøven får udleveret dette papir, så de kan "læse på lektion").
(instruktøren kan evt. bruge papiret til afkrydsning af, hvem der har prøvet hvad).

Juli 2017

Skelskør Roklub