



Koninklijk Marine Kadettenkorps National Opleidings Centrum

Cursus Kadetten

-Roeien-

Samengesteld door : Cattoor Hubert
Mees Vincent

Eerste uitgave: juni 2003
© Nationaal Opleidings Centrum

Inhoud :

ROEIEN :	2
1. Algemeenheden :	2
1.2. Enkele soorten roeiboten :	2
1.2.1. De Walvissloep :	2
1.2.2. De sloep B II : (kottersloep)	2
1.2.3. De Vlet :	2
1.3. Inventaris van een roeiboot :	3
1.4. Het klaarmaken van de roeiboot :	3
1.5. Het aanbrengen van de riemen :	4
2. Het Roeien :	5
2.1. Benamingen :	5
2.2. Het roei klaar maken van de roeiboot :	6
2.3. Het bemannen van de boot :	6
2.4. Kledij en houding in een boot :	6
2.5. De Roeibevelen of Roeicommando's :	7
2.5.1. Bij het afvaren :	7
2.5.2. Het vooruit varen :	9
2.5.3. Ophouden met roeien :	10
2.5.4. Het achteruit varen :	11
2.5.5. Bevelen om aan te leggen :	11
2.5.6. Het afmeren :	12
2.5.7. Overzicht van de roeibevelen :	13

De inhoud van deze cursus blijft eigendom van het K.M.K. Gebruik ervan is enkel toegestaan voor intern gebruik. Voor extern gebruik, onder welke vorm dan ook, dient men daartoe schriftelijke toestemming te bekomen.

Verantwoordelijke Vorming Nationale Staf

ROEIEN :

1. Algemeenheden :

Aan boord treft men boten aan van verschillende constructies die gebruikt worden voor welbepaalde doeleinden, zoals : redding op zee, verlaat het schip, vervoer van verlogangers, materieel, proviand, hulp bij het meren enzovoort.

Ze worden onderverdeeld in verschillende categorieën volgens hun voortstuwingsmiddelen, constructie en tuigage.

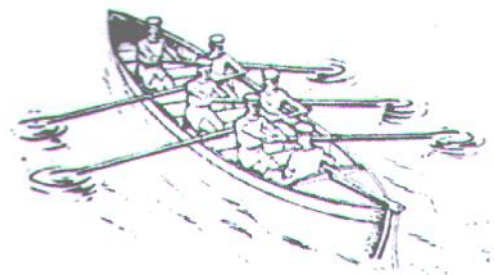
Roeiboten (ook sloepen genoemd) komen niet meer voor aan boord van varende schepen. Ze worden echter wel nog gebruikt voor het roeien en zeilen aan te leren.

1.2. Enkele soorten roeiboten :

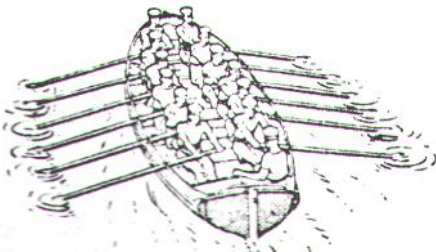
1.2.1. De Walvissloep :

Het is de standaardboot van de Engelse Navy. Origineel *enkelslag* boot met spitse gat, die plaats biedt aan 5 roeiers.

Zij is voorzien van een zwaardkiel en zeiluitrusting. De scherpe voor - en achtersteven verminderen het risico van het dwars vallen in de branding.



1.2.2. De sloep B II : (kottersloep)





Is afkomstig van de Nederlandse Marine. Het is een *dubbelslagboot* met platte spiegel, die plaats biedt aan 12 roeiers.

De sloep is uiterst geschikt voor het aanleren van het zeilen en roeien.

1.2.3. De Vlet :

Is een typisch bootje met platte spiegel en hoogoplopende boeg. Het wordt meestal gebruikt als werkboot of in de haven om trossen over te brengen. Het kan geroeid of gewrikt worden.



	
Het roeien met de vlet	Wrikken met de vlet

Verklaring :	<i>enkelslag - boot</i> = één roeier per doft
	<i>dubbelslag - boot</i> = twee roeiers per doft

1.3. Inventaris van een roeiboot :

Deze kan verschillend zijn naargelang de opdracht, de afmetingen en of kenmerken van de boot.

Het strikt noodzakelijke voor alle boten is de volgende :



lenspomp



dolijzer

- Misthoorn
- Anker + lijn
- Lenspomp
- 2 Bootshaken
- Meertrossen
- Dolijzers
- E.H.B.O. kist
- Helmstok + roer
- Navigatielichten
- Reddingsboei
- Roeiriemen + Reserve
- Hoosvat
- Kompas
- Drijfanker
- Signalenkaart

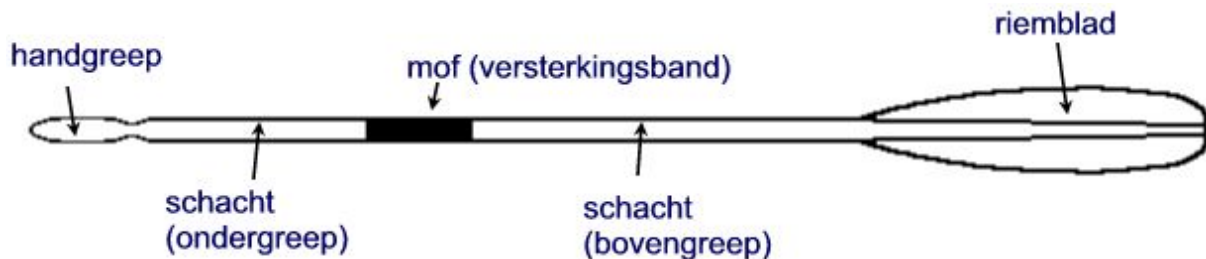


hoosvat



drijfanker

-De Roeiriem + delen :



1.4. Het klaarmaken van de roeiboot :

Alvorens met de roeisloep te vertrekken moet de inventaris nagezien worden. Alles heeft zijn vaste plaats en moet vastgebonden en zeevast verzekerd worden; eventueel het water uithozen. Dit valt onder de verantwoordelijkheid van de 'sloepchef' (sloepcommandant).

Verder dienen :

- *Het roer* en de *helmstok* op hun plaats gebracht en geborgen
- *De riemen* en de *bootshaak* op de doften en op de juiste manier klaargelegd, dit naar gelang het een enkel of dubbel slagboot is.

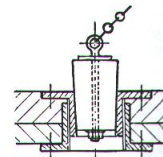
**Enkele slagboot :*

- Riemen met de bladen naar achter gericht, uitgenomen de riem van de boegroeier die met het blad naar voren gericht in het midden van de boot ligt, samen met de bootshaak.

**Dubbele slagboot :*

- Riemen met de bladen naar voren gericht en verdeeld over de 2 boorden, uitgenomen de reserve riem en de bootshaken die in het midden van de boot op de doften liggen.

- Niet vergeten de 'stop' in het 'stopgat' aan te draaien



1.5. Het aanbrengen van de riemen :

Bij het aanbrengen van de riemen dient vermeden te worden meerdere riemen door één bemanningslid te laten dragen en gaat men eerder als volgt te werk :

- De riemen worden gebundeld en worden door twee bemanningsleden gedragen, ofwel :

- Eén riem per bemanningslid laten dragen.

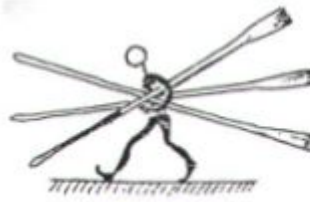


goed

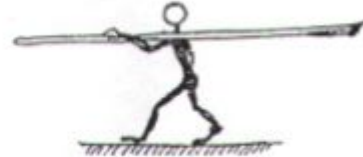


goed

Hierbij dient de riemuiteinde steeds onder controle gehouden. Wordt dit verwaarloosd dan krijgt men onverwacht wel eens een riemblad tegen het hoofd, en dat kan hard aankomen .



fout

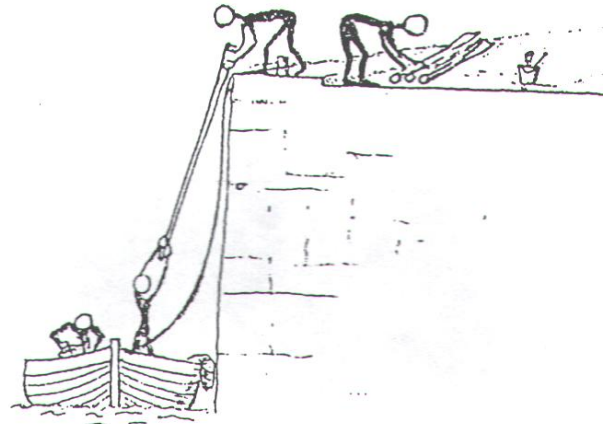


fout

Indien de roeiboot aan een hoge kaaimuur ligt dient men het materiaal eerst gerangschikt neer te leggen en het daarna één voor één voorzichtig in de boot neer te laten.

Het materiaal gaat aan boord als volgt :

- de wegering (vlonders - buiting) indien ze werden uitgenomen
- het roer, dat dadelijk wordt ingehaakt en geborgen
- de helmstok, die pas bij het vertrek op het roer geplaatst wordt
- de gemeenschappelijke en persoonlijke bagage die onder de doffen en gelijkmatig wordt opgeborgen
- de riemen, met de palet (riemblad) naar de voorsteven, gelegd op de doffen en gelijkmatig verdeeld over stuur - en bakboord (dubbele slagboot)
- de bootshaak met de haak naar de voorsteven, bij voorkeur aan stuurboord
- eventueel anker, ketting en touw bij de voorsteven. Werplijnen, één vooraan en één achteraan
- de overige materialen zoals vlag, emmer, dweil, hoosvat, zaklamp e.d...



Al deze bewerkingen gebeuren onder het waakzaam oog van de sloepcommandant die ofwel aan boord ofwel vlakbij de boot staat.

2. Het Roeien :

2.1. Benamingen :

Boegroeiers : Roeiers die op de voorste doft zitten, dus het dichtst bij de boeg.

Doft : Zitplaats voor de roeiers.

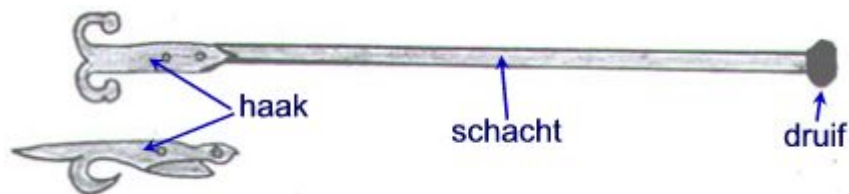
Dol : Roeipen, waarin de riem ligt.

Dolpot : Stalen kokertje waarin de dollen worden geplaatst.

Dolboord : Gedeelte van de zijkant van de roeiboot waaraan de dolpotten vastzitten.

Haak – voor : De boegroeier die de bootshaak bediend

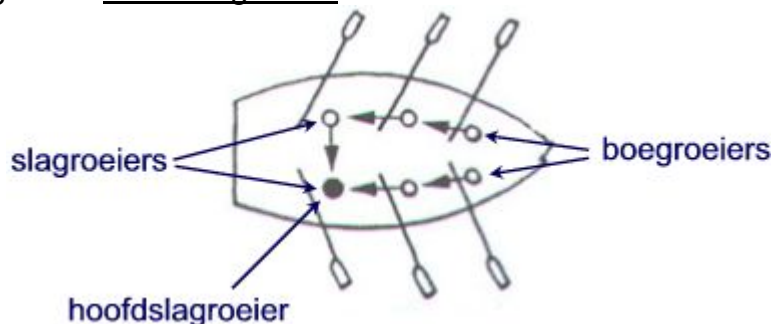
De bootshaak (Pikhaak) + delen :



Haak - achter : De slagroeier die de bootshaak bediend

Hozen : Het verwijderen van water uit de boot met hoosvat emmer of blik.

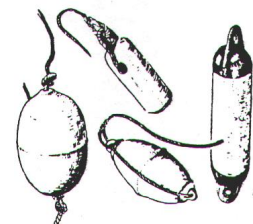
Slagroeiers : Roeiers die op de achterste doft zitten, dus het dichtst bij de roerganger. De 'hoofdslagroeier' zit aan stuurboord.



Sloepchef : Gezagvoerder van de sloep. Ook wel sloepcommandant genoemd

Vlonders : Losse houten vloerbekleding van de sloep.

Willen : Fenders (willen)



2.2. Het roei klaar maken van de roeiboot :

De sloepcommandant geeft opdracht de riemen, dollen, doften, vlonders en het roer met helmstok (of juk) naar de boot te brengen. Vervolgens :

- De boot eerst zo goed mogelijk leeghozen en opruimen
Alle losse inventaris dient zeevast te worden opgeborgen
- De riemen netjes en op de juiste manier klaarleggen, dit is :
 - Op de doften leggen met de bladen naar voor gericht en zo dicht mogelijk tegen het dolboord.
 - Het blad van de buitenste riem gedeeltelijk op de meer naar binnen liggende riem leggen, enzovoort.
 - De handgrepen (binnenkanten) van de riemen - ook die van de kortste komen gelijk te liggen.
 - De kortste riem legt men aan de binnenkant.
- De dollen komen op de doften te liggen, vlak naast de dolpot.
 - Plaats de dollen pas in de dolpot als alle roeiers zitten en enkel als de sloepchef daartoe het bevel geeft.
- De bootshaak wordt naast de riemen gelegd, tegen het buitenste boord. (dit is de andere zijde dan die waar de boot ligt afgemeerd)
 - De punt (haak) wordt naar voor gelegd en de druif gelijk gelegd met de handgrepen (binneneinden) van de riemen.

2.3. Het bemannen van de boot :

Dit kan op twee manieren gebeuren :

- *Bij enkel - slagboten* :Eén roeier per doft.Deze zit aan het tegenovergestelde boord van deze waar zijn riem ligt. Het bemannen ervan gebeurt op één rij.
 - *Bij dubbel – slagboten* : Twee roeiers per doft. Zij zitten aan het boord waar hun riem ligt. Het bemannen ervan gebeurt op twee rijen (boorden) namelijk Stuurboord - en Bakboordboord.
- De roeiers betreden nu rustig per boord en één voor één de roeiboot
 - De twee grootste nemen plaats op de achterste doft om als slagroeiers te fungeren
 - De andere roeiers nemen in afnemende grootte plaats op de andere doften, tenzij de sloepchef het anders bepaalt.

2.4. Kledij en houding in een boot :

- De leden van de bootbemanning moeten altijd zorgvuldig en op dezelfde wijze gekleed zijn.
 - Het dragen van een reddingsvest en turnpantoffels is verplicht.
 - De stormbanden van de mutsen altijd neerlaten.
- De algemene houding in de boot is :
 - bovenlichaam rechtop
 - ellebogen langs het lichaam
 - handen op de knieën
 - blik naar achter gericht (niet opzij kijken)

- Verder is het verboden :

- te roken
- recht te staan
- de handen op het dolboord of reling te leggen of er op te zitten

2.5. De Roeibevelen of Roeicommando's :

De sloepchef (sloepcommandant) heeft het bevel over de sloep. In de meeste gevallen in de sloepchef ook de roerganger. De sloepchef kan ook iemand anders als roerganger aan duiden.

De roerhandelingen worden uitgevoerd na de bevelen van de roerganger. Vooraleer de roerganger een commando geeft, zal duidelijk worden gemaakt of die voor beide boorden, alleen voor bakboord of alleen voor stuurboord is bestemd.

Commando's dienen krachtig en duidelijk te zijn.

- Roeibevelen bestaan gewoonlijk uit twee gedeelten, nl. het *waarschuwingsgedeelte* en het *uitvoeringsgedeelte*. Ze moeten duidelijk gescheiden gegeven worden .

Waarschuwingsbevel -- -- -- UITVOERINGSBEVEL

Goed commanderen is zeer belangrijk. Te veel wordt vergeten dat het verloop van een manoeuvre vaak afhankelijk is van de wijze waarop de bevelen worden gegeven.

2.5.1. Bij het afvaren :

- Los -- -- -- VOOR , Los -- -- -- ACHTER

- De voorste roeier aan de zijde waarover de boot afgemeerd ligt (de *haak voor* genoemd) maakt de voortros los.
 - De slagroeier aan de zijde waarover de boot afgemeerd ligt (de *haak achter* genoemd) maakt de achtertros los.
- Beiden zorgen ervoor dat de boot zo snel mogelijk vrijkomt.

- Zet af -- -- -- VOOR

- De 'haak voor' zet de bootshaak stevig vast is een schuine achterwaartse richting
- Hij geeft een flinke duw zodat de boot vaart krijgt en vrij komt van de kade (of schip).

- Zet af -- -- -- ACHTER

- De 'haak achter' zet de bootshaak stevig vast in een schuine voorwaartse richting
- Hij geeft een flinke duw zodat de boot vaart krijgt en vrij komt van de kade (of schip).

Wordt de haak gebruikt en bestaat er gevaar voor uitglijden of beschadiging, dan niet met de punt maar met de druif van de haak afzetten



- Willen - - - - BINNEN of Fenders - - - - IN

De willen met de buitenhand binnenboord halen en ze uit de weg leggen.

- Dollen - - - - IN

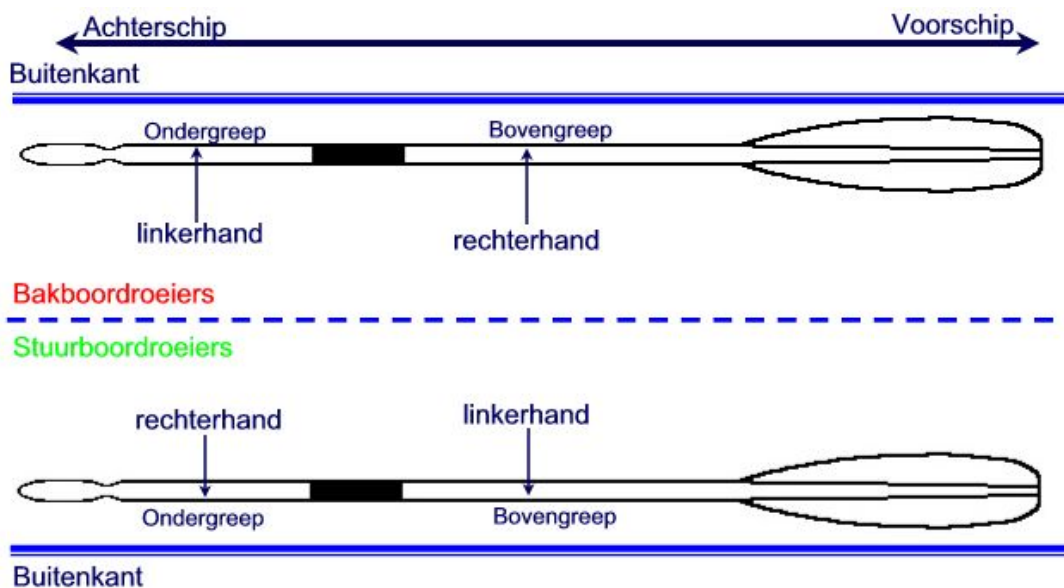
- Pas als alle roeiers zitten wordt het bevel gegeven.
- De dollen met de buitenhand in de dolgaten steken en ze langsscheeps richten



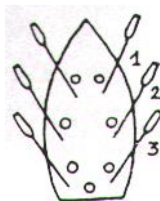
- Klaar om te roeien

- De roeiers draaien hun bovenlichaam naar buiten en pakken met de riem respectievelijk in de ondergreep en in de bovengreep beet.

De juiste manier waarop dit gebeurt hangt af van het boord (zie figuur onderaan)



- De slagroeiers pakken als eerste hun riem (de buitenste) en leggen deze in hun dolijzer
- Hierna doen de middelste en daarna de voorste roeiers hetzelfde.



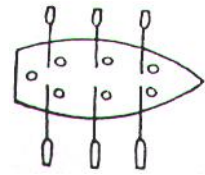
-De bladen langsscheeps houden en alle riemen richten op die van de slagroeiers

-Wanneer de omstandigheden het niet toelaten dat de riemen worden opgezet, wordt dit bevel niet gegeven.

- Toe - - - - RIEMEN

-Bij het waarschuwingsbevel **TOE**, de riemen een klein stukje oplichten

-Bij het uitvoeringsbevel **TOE** de riemen tegelijk zachtjes in de dollen leggen, zonder dat de bladen van de riemen het water raken. De riem moet loodrecht op de lengteas van de roeiboot staan met de bladen horizontaal. Dit is de uitgangspositie.



-Indien niet alle roeiers hun riem **TOE** kunnen doen vanwege ruimtegebrek wordt het commando aangevuld met **Wie kan**

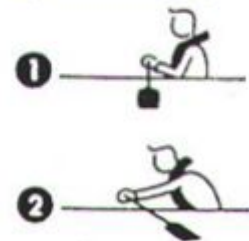
2.5.2. Het vooruit varen :

- Haal op - - - - GELIJK

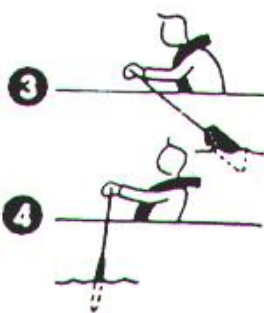
1. De roeiers zitten in loodrechte houding in de positie **Riemen TOE**



2. Op het waarschuwingsbevel **Haal op** buigen de roeiers zich met gestrekte armen voorover en brengen het binneneinde van de riem naar achteren en zo hun riemblad schuin naar voren in de richting van de voorstevan.



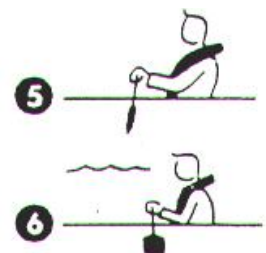
De onderarm en rug van de hand zijn nu in één lijn gestrekt. De roeiers draaien hun gezicht naar het blad van de riem.



3. Op het uitvoeringscommando **GELIJK** brengen de roeiers het blad van de riem verticaal in het water, totdat het driekwart is ondergedompeld.

4. Het bovenlichaam wordt nu met gestrekte armen krachtig naar achter bewogen. Op het einde van de slag bewegen de ellebogen krachtig naar het lichaam, zodat de riem voor de borst komt.

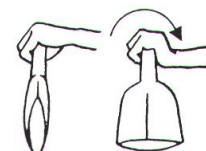
5. De riem wordt uit het water gelicht. Tegelijkertijd draaien de roeiers de polsen naar voren en daarmee de riemen één kwartslag over.



6. Het blad draait hierdoor weer horizontaal

- Riembladen - - - - OMLEGGEN

Na het voltooien van de roeislag draaien de roeiers hun polsen naar voor zodat het riemblad horizontaal staat terwijl het terug naar voor gebracht wordt voor de volgende slag. Op die manier wordt de luchtweerstand sterk verminderd als de boot tegen wind vaart.



Als het riemblad bij de volgende slag terug in het water komt worden de polsen weer naar achter gedraaid zodat het riemblad terug verticaal komt te staan als het door het water trekt.

- IN -- -- -- IN -- -- -- IN

De roeiers geven na het bevel '**Haal op -- -- -- GELIJK**', regelmatige slagen op de regelmaat van het bevel '**IN**'.

De gehele handeling, behoort één soepele slag te zijn. Indien men met geoefende mensen roeit, wordt het tempo der slagen door de stuurboordslagroeier aangegeven.

Bij ongeoefende roeiers doet men goed eerst gedurende enige tijd het roeicommando '**IN -- -- -- IN -- -- -- IN**' te herhalen totdat de commandant meent dat het tempo erin zit.

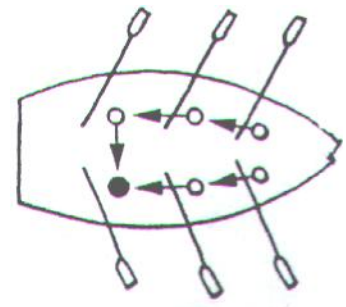
Daarna kan hij commanderen :

- Roeien -- -- -- VOLGENS SLAGROEIER

- De roeiers blijven op dezelfde tempo doorroeien; alle roeiers volgen de slagroeier (zie volgorde)

- De roeiers moeten goed op elkander letten om een mooie gelijkmatige slag te verkrijgen.

Een goed tempo is +/- 20 slagen per minuut

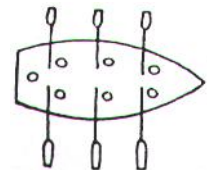


2.5.3. Ophouden met roeien :

- Op -- -- -- RIEMEN

De roeiers houden op met roeien en houden hun riemblad horizontaal en ongeveer 30 cm boven het wateroppervlak.

Men bevindt zich terug in de beginpositie (zie **Riemen -- -- -- TOE**)



- Lopen -- -- -- RIEMEN



De roeiers houden op met roeien en lichten met hun buitenste hand de riem uit het dolijzer en laten die langs zij de boot slepen. Zo kunnen nauwe doorgangen doorvaren worden. (of het dicht passeren van een andere roeiboot)

Dit bevel kan echter ook slechts voor één zijde van de boot gelden.

vb. **bakboord lopen -- -- -- RIEMEN .**

Om terug in de roeistand te komen gebruikt men het bevel '**Toe -- -- -- RIEMEN**'

- STOP AF

De roeiers stoppen onmiddellijk met roeien en steken hun riemblad verticaal in het water. Deze beweging dient om de boot zo snel mogelijk te stoppen. Daar het dikwijls een noodgeval is wordt hier geen waarschuwing gegeven.

- Over -- -- -- RIEMEN

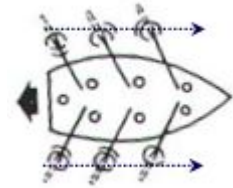
De roeiers houden op met roeien en trekken hun riem dwars binnen boord zodat het handvat (handgreep) op de dolboord van de andere zijde rust, met het riemblad in horizontale stand.

2.5.4. Het achteruit varen :

- **Strijken** - - - - **GELIJK**

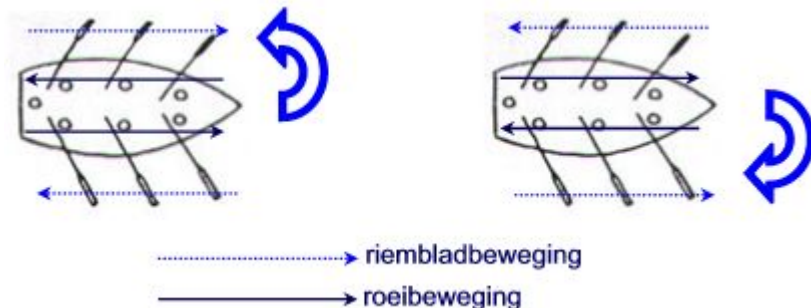
Dit is het omgekeerde bevel van '**Haal op** - - - - **GELIJK**', die meestal voorafgegaan wordt door het bevel '**Op** - - - - **RIEMEN**' of soms ook '**Riemen** - - - - **TOE**'

Op het waarschuwingsbevel '**Strijken**' buigen de roeiers zich achterover en brengen het binneneinde van de riem naar voren en zo hun riemblad horizontaal naar achter. Op het uitvoeringsbevel '**GELIJK**' duwen de roeiers het riemblad verticaal door het water in de richting van de voorsteven. Zo kan de boot achteruit varen.



- **Stuurboord Strijken, Bakboord Haal op** - - - - **GELIJK (& vice versa)**

Door dit manoeuvre draait de sloep ter plaatse. Men draait altijd over de boord die strijkt.



2.5.5. Bevelen om aan te leggen :

- **Wel** - - - - **GEROEID**

De riemen worden binnengehaald en met de riemblad naar voren op de doften gelegd. Bij dit bevel heeft de boot nog vaart en daarom moet dit manoeuvre zo weinig mogelijk gebruikt worden. Beter is het volgende bevel :

- **In** - - - - **RIEMEN**

Zelfde manoeuvre als hierboven, maar nu wordt dit bevel slechts gegeven als de boot praktisch stilligt.

- **Fenders** - - - - **UIT**

De fenders (willen) worden buiten gehangen.

- **Haak** - - - - **VOOR (ACHTER)**

De piekman houdt zich klaar met de bootshaak en stapt, als de boot stilligt op de aanlegplaats, om de meertrossen vast te maken.

- **Dolijzers** - - - - **UIT**

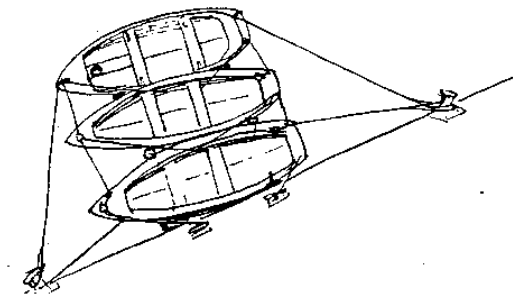
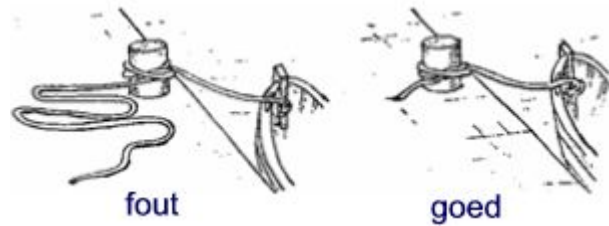
De roeiers halen de dolijzers uit het dolgat. Iedereen blijft rustig op zijn plaats zitten tot de stuurman het bevel geeft de boot één voor één te verlaten. Het ontschepen gebeurt in omgekeerde volgorde van het inschepen.

Vergeet niet de boot af te spoelen achteraf.

Opmerking : de volgorde van de bevelen bij vertrek en aankomst die hier gegeven worden komen het meest voor. In sommige omstandigheden kunnen ze gewijzigd worden.

2.5.6. Het afmeren :

Het vastleggen van de meertrossen gebeurt op zodanige wijze dat het overtollige touw aan boord ligt en niet op de kaai (steiger) waar iedereen er over kan vallen.



Wanneer meerdere boten naast elkaar worden afgemeerd doet men er goed er voor te zorgen dat de boten onderling voorzien zijn van 'Springen', (of eventueel 'dwars einden') om te beletten dat die gaan schuin liggen of schavielen.

De voor - en achtermeertros van de buitenste boot wordt eveneens op de kaaibolder vastgemaakt.

Om te leren roeien kan je geen schriftelijke cursus volgen. Veel oefenen om de juiste lichaamshouding, de goede stand van de handen en een optimale uithoudingsvermogen te krijgen is de enige manier om een goed roeier te worden.

2.5.7. Overzicht van de roeibevelen :

Roeibevel:	Beschrijving:
<i>Los voor</i>	Boegroeier maakt voorenste tros los en halt hem binnen.
<i>Los achter</i>	Slagroeier maakt achterste tros los en haalt hem binnen.
<i>Zet af voor</i>	Boegroeier duwt de kop van de boot af met bootshaak en legt hem terug op de doften in het midden van de boot.
<i>Zet af achter</i>	Slagroeier duwt de kop van de boot af met bootshaak en legt hem terug op de doften in het midden van de boot.
<i>Fenders in</i>	Roeiers nemen fenders binnen.
<i>Fenders uit</i>	Roeiers hangen fenders uit.
<i>Dollen in</i>	Roeiers steken dollen in.
<i>Dollen uit</i>	Roeiers halen dollen uit.
<i>Klaar om te roeien</i>	Elke roeier maakt zijn dolijzer klaar en steekt een riem in de dol van de persoon die voor hem zit. De riem van de boegroeier wordt dus niet klaargelegd.
<i>Toe riemen</i>	Elke roeier brengt de riem over het hoofd van de man die voor hem zit terwijl hij de riem aanneemt van de man die achter hem zit. De riemen worden horizontaal in de dollen gebracht loodrecht op voor- en achterlijn
<i>Haal op gelijk</i>	De roeiers brengen de riemen recht vooruit, armen uitgestrekt.
<i>In ... in ...in</i>	Wordt gebruikt om de kadans aan te geven,
<i>Op riemen</i>	Roeiers brengen riemen horizontaal zoals "toe riemen",
<i>Stop af</i>	Riemen worden in het water gehouden om vaart te verminderen of te stoppen (blad – vertikaal). Kan aan één kant gegeven worden.
<i>Lopen riemen</i>	Elke roeier haakt de riem uit de dol en laat de riem vrij lopen. Bevel wordt gegeven om door een vernauwing te varen.
<i>Wel geroeid</i>	Gecombineerd bevel voor "op riemen" en "in riemen". Na uitvoeringsbevel "geroeid" nemen de roeiers nog één slag en handelen volgens "op riemen" en "in riemen". Dollen worden uitgenomen
<i>In riemen</i>	Bevel wordt gegeven op "op riemen". Roeiers brengen hun riem over hun hoofd en overhandigen ze aan de roeiers achteruit. Elke roeier brengt de riem binnen van de persoon die voor hem zit. Dollen worden binnegenomen.
<i>Kruisen riemen</i>	Van de positie "op riemen" worden de riemen naar tegenovergestelde zijde geschoven. Dit is de rustpositie van de roeier.
<i>Roeien volgens slagroeier</i>	Iedereen volgt de kadans van de slagroeier.
<i>Mast riemen</i>	Van de positie "op riemen" worden de riemen vertikaal geplaatst door elke roeier; dit wordt alleen uitgevoerd in een dubbelslagboot om te salueren.
<i>Strijken gelijk</i>	De roeislagen worden in tegenovergestelde richting gegeven. Kan gegeven worden aan één boord om korter te draaien.
<i>Haak voor</i>	Boegroeier houdt op met roeien, brengt zijn riem binnen en maakt bootshaak klaar om langzij te komen of vanglijn vast te maken.
<i>Haak achter</i>	Slagroeier houdt op met roeien, brengt zijn riem binnen en maakt bootshaak klaar om langzij te komen of vanglijn vast te maken.
<i>Bakboord strijken, stuurboord haal op gelijk (of omgekeerd)</i>	Bevel wordt gegeven indien men sneller wil draaien dan met het roer.