



# *Eemhead*

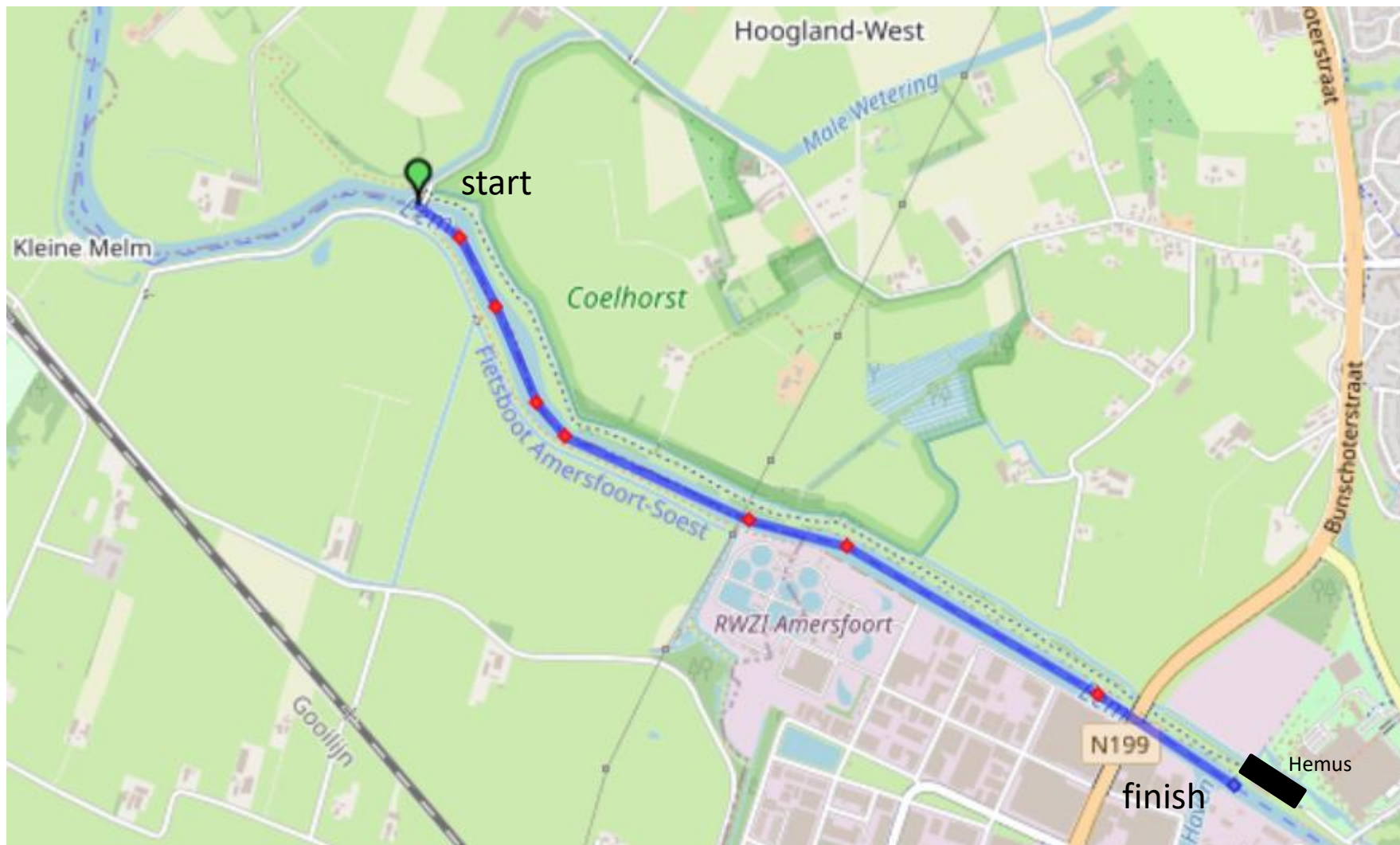
Stuurliedeninstructie

blok 2

2,5 km, start 13.30 uur

jeugd14, jeugd16, C-boten en para

# Baankaart



# Velden



In blok 2 starten de volgende velden:

- Para (geen omrekenfactor)
- M14 1x, M16 1x
- M14 2x, M16 2x
- J14 1x, J16 1x
- J14 2x, J16 2x
- M14 4x+, M16 4x+
- J14 4x+, J16 4x+
- Open C4x+ (omrekenfactor)

# Bekend geacht



Op het moment dat de boot te water gaat voor het oproeien, wordt men geacht bekend te zijn met de inhoud van deze stuurliedeninstructie. In gestuurde nummers is minimaal de stuur op de hoogte van de inhoud, voor ongestuurde nummers is dit de boegroeier. Het wordt geadviseerd minimaal één andere roeier in de ploeg te informeren over de inhoud van deze stuurliedeninstructie.

Aansluitend op de stuurliedeninstructie wordt men geacht bekend te zijn met het wedstrijdreglement en de informatie met betrekking tot de veiligheid. Deze zijn beiden te vinden op [www.eemhead.nl](http://www.eemhead.nl).

# Veiligheid



- Voor vertrek: controleer heelstrings en boegbal.
- Neem een telefoon mee op het water en noteer hierin het noodnummer van de Eemhead: 06-22418941.
- Help elkaar.

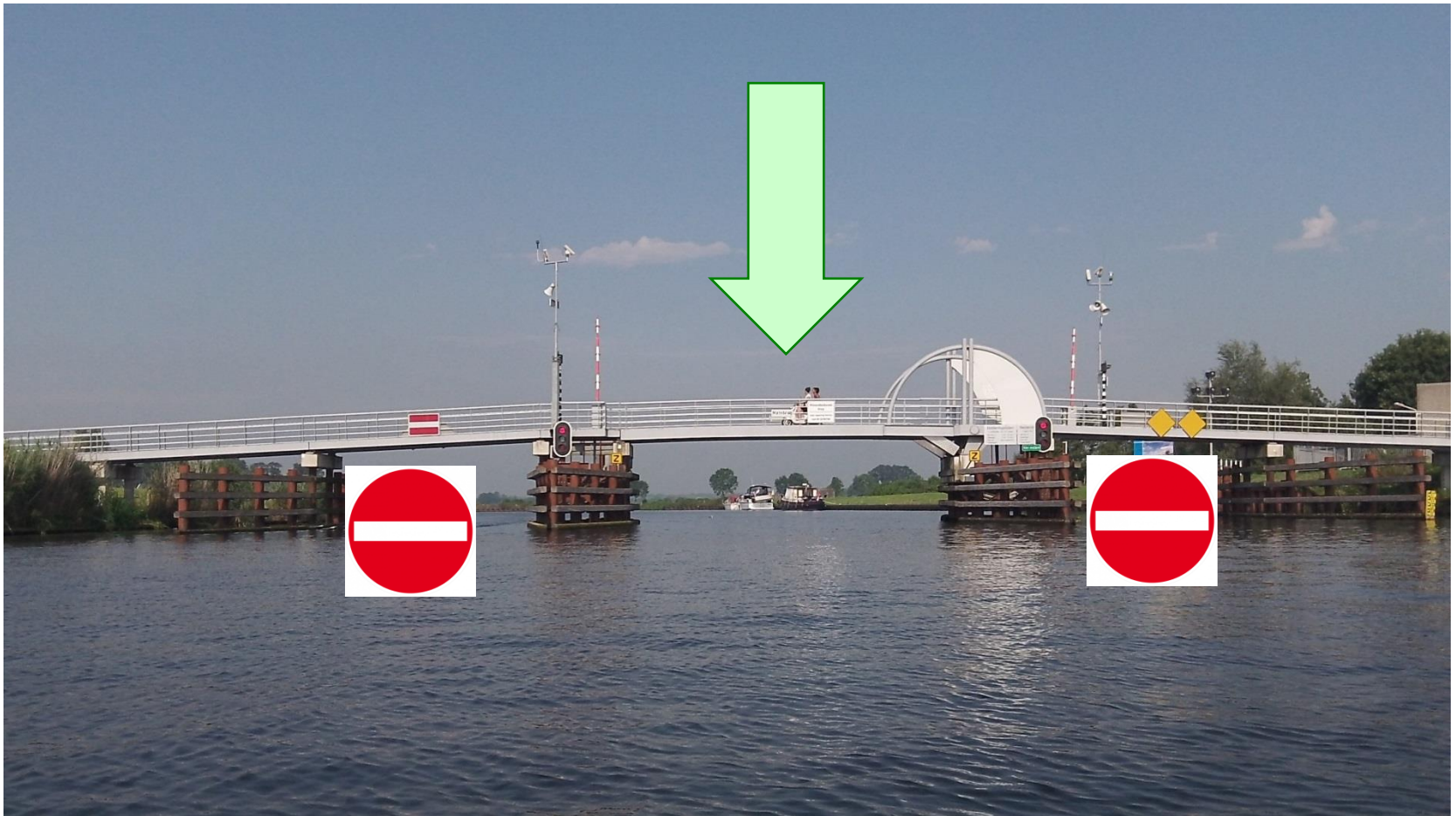
# Oproeien



- 12.30 – 13.00 uur vlot open, boten te water.
- Breng eerst riemen en andere losse spullen naar het vlot, daarna pas de boot. Riemen kunnen door Hemus-runners naar het vlot worden gebracht.
- Doorroeien tot voorbij de start.
- Luister naar de aanwijzingen van de juryleden en volg deze op.

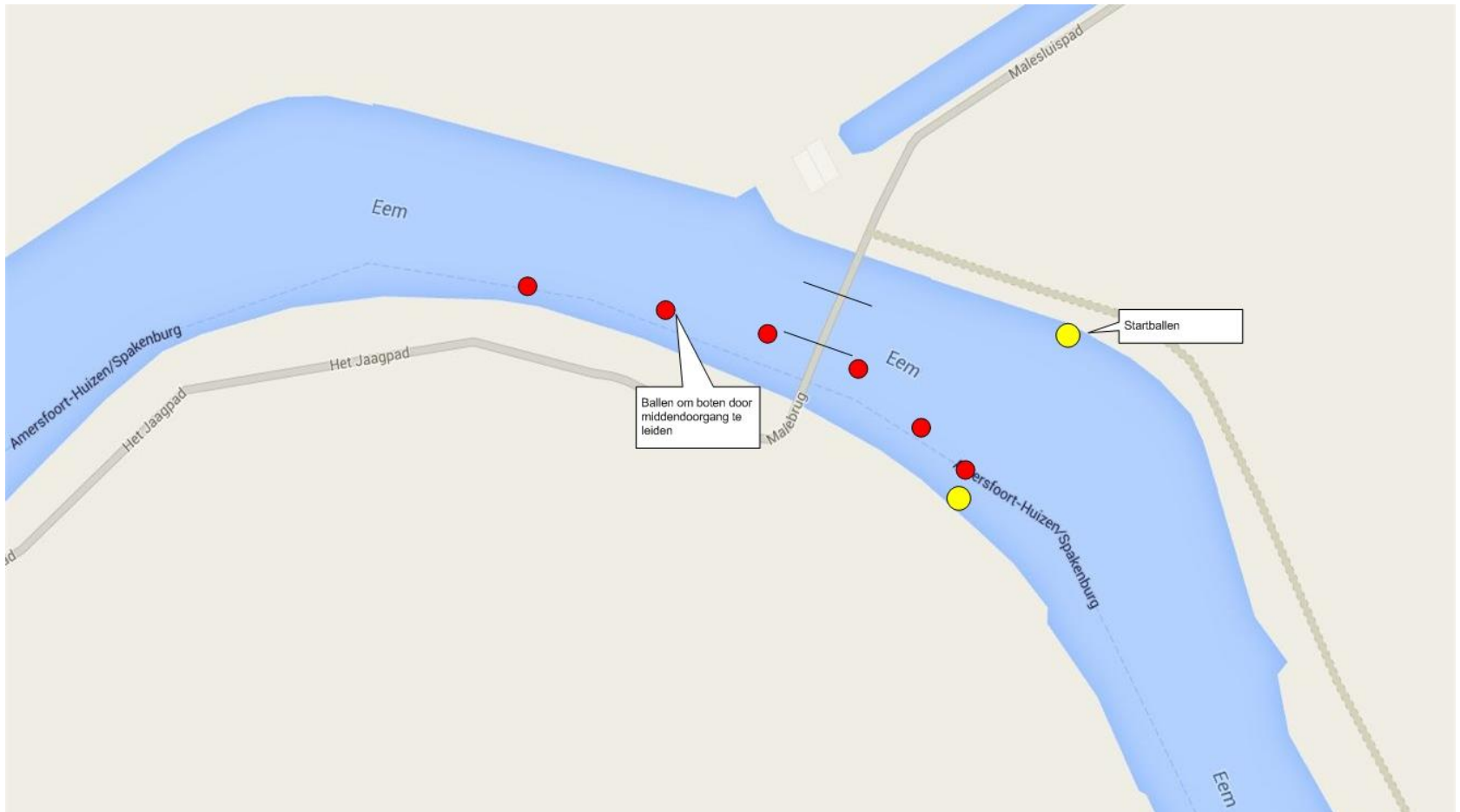
# Fietsbrug / Malebrug

Tijdens het oproeien en de wedstrijd wordt alleen het middelste bruggat gebruikt.



# Start

De voorstart is gemarkeerd met rode ballen. De start is gemarkeerd met gele ballen.





# Start



- Er wordt gestart op volgorde van rugnummer, van laag naar hoog.
- Er wordt gestart middels een vliegende start.
- De gemiddelde startinterval tussen ploegen is 15-20 seconden.
- Tussen velden wordt een grotere startinterval gehanteerd van circa 2 minuten.
- Gebruik alleen het middelste bruggat. Wanneer je andere bruggaten gebruikt, krijg je strafseconden.
- Let op: na de start staan aan stuurboordzijde dukdalven.
- Luister naar de aanwijzingen van de juryleden en volg deze op.

# Regels voor inhalen



Regels voor inhalen bij lange baan-wedstrijden van de KNRB:

- De oplopende ploeg is vrij haar koers te kiezen.
- De opgelopen ploeg mag de oplopende ploeg niet hinderen en moet tijdig wijken, zodat de oplopende ploeg daadwerkelijk vrij is haar koers te kiezen.
- De oplopende ploeg mag haar voorrangrecht echter niet misbruiken door een opgelopen ploeg in een dusdanige positie te dwingen dat haar het roeien onmogelijk wordt gemaakt of anderszins de opgelopen ploeg in een gevaarlijke situatie te brengen.
- Veiligheid en sportiviteit geven bij zowel de opgelopen als de oplopende ploeg de doorslag bij de wijze waarop zij elkaar bejegenen in een situatie waarin opgelopen wordt.
- De opgelopen ploeg dient in ieder geval te wijken voordat de voorsteven van de oplopende ploeg op gelijke hoogte is gekomen met de achtersteven van de opgelopen ploeg.

# Finish



# Finish



- De finish is enkele meters na het begin van het vlot.
- Wanneer de boegbal de finishlijn passeert, wordt dit aangegeven door een geluidssignaal.
- Na het passeren van de finish: roei minimaal door tot het einde van het vlot voordat je gaat rond. Luister naar de vlotcoördinator en volg de aanwijzingen op.
- Na het aanleggen helpen Hemus-runners met het opruimen van de riemen.

# Vragen?



Heb je vragen? Stel ze voorafgaand aan de wedstrijd via [info@eemhead.nl](mailto:info@eemhead.nl). Op de wedstrijddag zelf kun je vragen stellen aan het wedstrijdsecretariaat.