

Starten van wedstrijden door wedstrijd-, veteranen- en clubroeiers

1 Coachvergaderingen.....	1
2 Inschrijven wedstrijden.....	1
3 Deelname aan wedstrijden in club- of veteranenveld (voorheen ROW's)	2
4 Deelname Heineken/Head.....	2
5 Deelname nationale 2km wedstrijden	2
6 Inschrijfkosten	3
7 Transportkosten.....	3
8 Schoonmaken.....	3
9 Op- en afriggeren	3
10 Op- en afladen.....	4

1 Coachvergaderingen

De bestuursleden materiaal en wedstrijdroeien bepalen namens het bestuur tijdens de coachvergaderingen welke ploeg aan welke wedstrijd in welke boot mee mag doen. De coachvergaderingen vinden drie keer per jaar plaats in september, december/januari en april. De exacte data worden aangekondigd in de sociëteit, via de Laakpraet, via e-mail, enz. Uiterlijk twee dagen voor de coachvergadering wordt door de ploegen aangegeven aan welke wedstrijden ze willen deelnemen. Tijdens de coachvergadering wordt aangegeven door het bestuur aan welke wedstrijden ploegen deel mogen nemen en worden de boten toegewezen voor deze wedstrijden. Indien een ploeg niet aanwezig is op de coachvergadering en ook niet van tevoren kenbaar heeft gemaakt welke wedstrijden ze wil starten en in welke boot dan zal deze ploeg achteraan sluiten in de rij bij de botentoewijzing.

September vergadering

- Botentoewijzing najaar (Tromp Boat Race, November444, Linge Bokaal, Hel van het Noorden, Paul Venemans, enz.)
- Inventarisatie ploegen Heineken/Head / voorjaarswedstrijden
- Indeling vaste uren indoor-trainingen en ergometer-uren voor ploegen

December/Januari vergadering

- Botentoewijzing voorjaar (Heineken, Head, 2-Head, Skiff-Head)
- Botentoewijzing voorbereiding 2 km seizoen t.b.v. wedstrijdroeiers

April vergadering

- Botentoewijzing 2 km seizoen t.b.v. wedstrijdroeiers
- Botentoewijzing zomer (AA race, Spaarne, PEiL, Turfschippersregatta, etc.)
- Inventarisatie vroege najaarswedstrijden

2 Inschrijven wedstrijden

Inschrijven via website

Bij voorkeur geschiedt het inschrijven van wedstrijden via de website van De Laak <http://wedstrijd.rvdelaak.nl/inschrijven.php> Alle namen van de roeiers (m/v) en de geboorte data moeten zijn ingevuld alsmede informatie omtrent te starten wedstrijd(en), het veld, de aangevraagde boot en personalia van de contactpersoon. Inschrijvingen tot uiterlijk één week voor de coachvergadering.

Examen eisen

Alle ploegleden moeten in het bezit zijn van de juiste examens. Indien het niet duidelijk is of alle roeiers van een ploeg de juiste examens hebben gehaald neem hier dan contact over op met de examen commissie en/of de commissaris wedstrijdroeien.

Stuurman/vrouw

Ook de stuurman/vrouw hoort bij de ploeg en zijn/haar naam moet bij de opgave van de ploeg voor een wedstrijd bekend zijn. Jeugdleden die willen sturen dienen in het bezit te zijn van het stuurdiploma. Voor overige leden geldt dat de stuurman/vrouw voldoende stuurervaring moet hebben en bij voorkeur niet al te zwaar moet zijn i.

Wijzigingen ploeg en/of terugtrekken

Aanmelden van een ploeg voor een wedstrijd op de coachvergadering betekent automatisch dat de ploeg wordt ingeschreven voor de opgegeven wedstrijd en dat transport voor de boot wordt georganiseerd. Het is daarom van belang dat wijzigingen in ploegsamenstelling en/of niet deelnemen aan een wedstrijd zo snel mogelijk wordt doorgegeven aan de commissaris wedstrijdroeien zodat het transport kan worden afgezegd en dat de ploeg kan worden teruggetrokken bij de wedstrijdleiding van desbetreffende wedstrijd. Eventuele boetes die een wedstrijdleiding oplegt komen altijd voor rekening van de ploeg.

3 Deelname aan wedstrijden in club- of veteranenveld (voorheen ROW's)

Wedstrijden waarbij een club- of veteranenveld is uitgeschreven (voorheen roeiontmoetingen-met-wedstrijd-karakter: In principe staat het iedere veteranen- en clubploeg vrij om 'aan deze wedstrijden deel te nemen. Voor deelname is het wel noodzakelijk voor alle leden van de ploeg om naast de vereiste examens ook voldoende ervaring te hebben voor het veld waarin men gaat starten. Daarnaast moet de ploeg in kwestie voldoende getraind hebben om op de wedstrijd uit te komen! Indien een ploeg te weinig ervaring heeft of onvoldoende heeft getraind om aan een wedstrijd deel te nemen dan kan het bestuur besluiten het inschrijven voor en het meedoen aan een wedstrijd voor deze ploeg tegen te houden. Ook onvoldoende resultaat in het verleden kan een reden zijn voor het bestuur om deelname aan een wedstrijd tegen te houden.

4 Deelname Heineken/Head

Onervaren ploegen

Onervaren ploegen die willen meedoen aan de langeafstandswedstrijden in het voorjaar moeten de ploeg in september van het jaar ervoor bekend maken op de coachvergadering. Om voldoende ervaring in het boordroeien op te doen moet een onervaren ploeg in deze periode al starten met boordroeien (in de C4+ of B4+) waardoor ze in staat zijn om in januari in de 8+ over te stappen.

Ervaren ploegen

Van ervaren ploegen die de Heineken en de Head willen starten wordt verwacht dat ze al in het najaar met de voorbereiding hiervoor starten. De voorbereiding kan heel goed plaats te vinden in kleinere nummers (vier, twee, skiff) en op wedstrijden zoals de Linge Bokaal en de November444. Bij de bootaanvraag op de coachvergadering in december/januari beoordeelt het bestuur op individuele basis of de ploeg in staat is om een wedstrijd in glad materiaal te varen.

5 Deelname nationale 2km wedstrijden

Junioren en seniorenveld

Voor ploegen die in september aangeven dat ze willen gaan wedstrijdroeien geldt een aantal testmomenten waarbij het bestuur beoordeelt of de ploegen in training genomen worden. Naast de November444, Tromp Boat race en/of Hel van het Noorden worden ook de ONEK, en de Ergo-Head als testmomenten gezien. Voor de start van het 2km seizoen moet er nog

een 2km test op het water worden afgelegd. In september worden in overleg tussen de coaches en de commissaris wedstrijdroeien afspraken gemaakt over de testmomenten. Indien een ploeg in een programma of selectie van de KNRB wordt opgenomen zullen de testmomenten van de KNRB worden gevolgd. Het bestuur behoudt zich ten alle tijden het recht voor om (een) wedstrijdroeier(s) niet in training te nemen of uit training te nemen indien er onvoldoende resultaten worden geboekt.

Indien een veteranen of club ploeg bij uitzondering in een senioren veld (B, N, O, SB, SA) wil uitkomen zal er naast een beoordeling van de ervaring een 2km test moeten worden gevaren. Uitgangspunt hierbij is dat de ploeg goed mee kan komen in het veld. In overleg met de coaches van de ploeg wordt voor de test een streeftijd vastgesteld welke gehaald dient te worden.

In dit laatste geval is het van belang dat de veteranen of club ploeg zich realiseert dat indien een 2km wedstrijd in het senioren veld wordt gestart dit als consequentie heeft dat men de rest van het kalenderjaar geen veteranen of club veld meer mag starten.

Veteranen- of clubveld

Indien er op een nationale 2km wedstrijd (zoals Randstad Regatta, ARB, Koninklijke) een veteranen of club nummer wordt uitgeschreven is het mogelijk voor een veteranen of club ploeg hieraan mee te doen indien de ploeg over voldoende ervaring beschikt. Uitgangspunt hierbij is dat de ploeg goed mee kan komen in het veld. Of een ploeg over voldoende ervaring beschikt is ter beoordeling aan het bestuur.

6 Inschrijfkosten

Voor wedstrijdroeiers worden de inschrijvingen voor wedstrijden betaald door de vereniging. Veteranen en clubroeiers moeten zelf het inschrijfgeld betalen voor de wedstrijden die ze starten. Eventuele boetes komen uiteraard ook voor rekening van de ploeg zelf.

7 Transportkosten

De kosten voor het transport van boten komen in eerste instantie voor rekening van De Laak. Transportkosten voor wedstrijden in het buitenland (bijvoorbeeld FISA Masters) komen altijd voor kosten van de ploeg. Dit geldt zowel voor wedstrijd ploegen als club/veteranen ploegen. Uitzondering vormen de transport kosten voor Gent voor wedstrijd ploegen. Deze kosten worden vanoudsher door De Laak betaald.

Voor het beperken van de transportkosten wordt ernaar gestreefd om de deelname aan wedstrijden door Laak ploegen te concentreren op een paar wedstrijden. Daarnaast is het mogelijk dat het bestuur ploegen vraagt om op een bepaalde wedstrijd in een andere boot te varen, ook al wordt er normaal gesproken niet in deze boot getraind.

(Mocht een ploeg toch ergens een wedstrijd willen starten waar geen transport naartoe gaat dan kan men natuurlijk altijd proberen om bij de organiserende vereniging een boot te lenen of te huren).

8 Schoonmaken

Elke ploeg dient voor en na de wedstrijden de boot schoon te maken, zowel aan de binnenkant als de buitenkant. Tijdens het schoonmaken kan de ploeg gelijktijdig de boot controleren op eventuele gebreken en/of schades. Geconstateerde schades dienen onmiddellijk aan de commissaris materiaal gemeld te worden.

9 Op- en afriggeren

Indien een boot wordt afgeriggerd voor transport naar een wedstrijd is het van groot belang om alle bankjes in een tas te stoppen en/of netjes bij elkaar te binden. Het is verplicht om de riggers en de bankjes met eigen vervoer naar de wedstrijd mee te nemen. Alleen indien het onmogelijk is om de bankjes/riggers met eigen vervoer mee te nemen mogen de

bankjes/riggers met de botenwagen worden meegegeven. Meldt dit altijd even aan de wedstrijdcommissaris.

Indien in een boot bankjes zitten met kogellager asjes kunnen deze bankjes met elastieken in de boot worden vastgezet tijdens transport. Elastieken zijn normaal gesproken te vinden in het grijze kastje in de stellingkast naast de ingang van de werkplaats. Indien er 'normale' bankjes in een boot zitten dan moeten de bankjes uit de boot worden gehaald voor transport. Bankjes moeten met de wieltjes naar elkaar toe worden vastgebonden en wel zodanig dat een net stapeltje wordt gevormd (maximaal 4 bankjes op elkaar of vervoeren in een stevige tas) Ook de riggers moeten netjes worden samengebonden (de drukstangen netjes 'invouwen' of loshalen), en het liefst vastmaken aan alle uiteinden. Het samenbinden van de bankjes en de riggers dient met touw plaats te vinden en **niet** met tape.

Het is verplicht om zowel de riggers als de bankjes duidelijk van een label met de naam van de boot en onze vereniging te voorzien, aangezien zowel riggers en bankjes wel eens zoek willen raken of bij een andere vereniging op willen duiken. Dit geldt ook voor het transport terug!

10 Op- en afladen

De commissaris wedstrijdroeien geeft zo snel mogelijk door wanneer er een transport plaats vindt, normaal gesproken per e-mail. Van alle betrokken ploegen wordt verwacht dat ze aanwezig zijn bij het op- en afladen. Indien de ploegen onderling afspreken wie er gaat op- en wie er gaat afladen is dat natuurlijk prima, zolang er maar voldoende mensen aanwezig zijn.

Mocht een ploeg zonder enig bericht afwezig zijn bij het opladen (en ook niet de moeite genomen heeft om vervanging te regelen voor het opladen) dan kunnen degenen die wel opladen er vanuit gaan dat voor de afwezige ploeg blijkbaar geen boot mee hoeft op transport.

Bij het afladen is het ook de bedoeling dat alle riggers, bankjes en palen direct worden opgeruimd. Dus niet alles op een grote hoop aan het begin van de loods neerleggen. Palen horen in het rek, boten dienen te worden opgeriggerd en schoongemaakt, en bankjes tot slot horen thuis in de boot. Zo kan je direct controleren of alle onderdelen van je boot ook weer zijn teruggekeerd op De Laak en of er nog schade tijdens transport is ontstaan.

Kleine moeite, groot plezier.

Namens het bestuur van R.V. De Laak,

Lea Israëls
Commissaris wedstrijdroeien