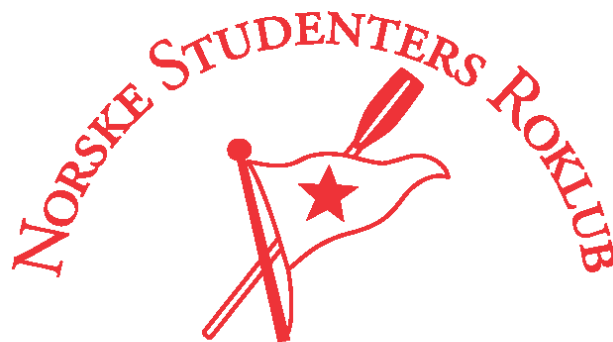




BÅTENES BRUK

2025

Klubbens båter deles inn i tre kategorier. Inndelingen foretas av Styret, og følger av båttype, den enkelte båts tilstand samt forventet behov blant medlemmene. Kategoriene er:

- **Grønnmerket.** Vanligvis frie båter. Frie båter kan brukes av samtlige medlemmer som er godkjent av Instruksjonssjefen, et medlem av Routvalget eller av et Styremedlem. Den første som reserverer en båt i roprotokollen har førsteretten til båten. Ingen båt kan imidlertid reserveres med mindre minst halvdelen av mannskapet er til stede, og i intet tilfelle tidligere enn en ½ time før roingen begynner. Ved spesielle anledninger kan båter reserveres av Styret på forhånd.
- **Blåmerket.** Båter som kun kan brukes av trenende mannskaper og erfarne roere ("blåstrek"). Styret, eller den det bemyndiger, tildeler rett til å bruke blåstreksbåter. Kravet er normalt at roeren har deltatt i organisert racetrening og konkurranser i minst en hel sesong, eller kan godtgjøre flere sesongers jevnlig roing. Disse båtene fordeles på samme måte som frie båter, *men ved organisert trening kan klubbens trenere disponere båtene og gi trenende mannskaper prioritet til bruk.*
- **Rødmerket.** Klubbens beste racebåter. Disse båtene kan **kun** brukes etter uttrykkelig tillatelse fra Rosjefen. Rosjefen fordeler disse båtene etter en sportslig vurdering, hvor de beste av klubbens trenende mannskaper i eldste junior- og seniorklasse har første prioritet. Andre medlemmer som skal delta i rokonkurranser kan normalt ikke regne med å få tilgang til disse båtene.

Før roturen

Stroken eller den utpekte kaptein (tur & mosjon) har kommandoen over laget og ansvaret for båten. Hen skal føre lag og båt inn i roprotokollen **før** utfart. Skriv navnet på alle roerne. Mange lag kommer tilsynelatende aldri tilbake til klubbhuset etter roturen – husk å skrive klokkeslett i inn-rubrikken også. Roere som ønsker å overta båten må få vite omtrentlig når den kan ventes tilbake til bryggen. Protokollen brukes også til å vurdere behov for nyanskaffelser, ved å vise båtenes bruk.

Kontroller båt og årer før hver tur, og rett alle småfeil før du går på vannet. Trekk til skruer og muttere. De fleste av sleidene på mosjonsbåtene er dobbeltvirkende og må smøres med jevne mellomrom. Rens bort gammel olje og skitt fra understellet, og gi sleiden litt olje. Da unngår vi slitasje som gjør sleidene vonde å bruke. Rens sleideskinnene med papir eller en

filie etter hver rotur. Små og ubetydelige skader laget ikke kan reparere selv skal føres inn i Skadeprotokollen av stroken /kapteinen **før** båten settes på vannet. Alt annet enn de helt ubetydeligste skader gjør at båten **ikke** skal brukes. Noter skaden i Skadeprotokollen, og heng gjerne et skilt «skal ikke brukes» på båten.

Du skal **aldri** «låne» en sleide fra en annen båt. Sleidene er tilpasset hver enkelt båt, og skal kun brukes i den båten de er ment å sitte i. Alle sleidene er merket med båtens nummer. Hvis det ikke er sleide i den båten du har tenkt å bruke, er det stor sjanse for at systematisk leting i bådhallen gir et positivt resultat. Men finner du den ikke – vel, så får du ikke brukt denne båten den dagen. Skriv gjerne sleide-savnet inn i Skadeprotokollen, da kan Materiellutvalget eventuelt tilpasse en ny sleide.

Alle båter er tilordnet egne årer. Du skal **aldri** «låne» årer fra en annen båt. Årene er tilpasset den enkelte båt, og er merket med båtens nummer. Hvis du mener at årer bør omfordeles mellom båtene, må du ta opp dette med Materiellutvalget som avgjør saken.

Beskadigede årer må **aldri** brukes. Selv små skader kan føre til at åren ødelegges totalt under roturen. Merk den skadete åren tydelig, og før skaden inn i Skadeprotokollen. I klubbhuset kan åren også gjerne settes inntil døren til verkstedet.

Båtkommandoer

Bæring og bruk av lagbåter skjer gjennom kommandoer. Hensikten er å samle laget til felles innsats. Det er f.eks. betydelig lettere å løfte båten hvis alle løfter helt samtidig. Dette krever at den som gir kommandoene snakker med høy og tydelig stemme. Det utførende ordet skal uttales med en skarp snert, slik at alle handler i samme øyeblikk.

Nødkommando

Hvis båten, ved fare, må stoppes på kortest mulig lengde, brukes ordren **sett i**. Dette betyr at samtlige roere presser årebladet flatt (vannrett) ned i vannet ved å heve årelommen. Det er viktig at årebladet er vannrett, ellers risikerer roeren å bli kastet ut av båten pga. trykket fra åren. Den første person om bord som oppdager faren må høyt og tydelig gi kommandoen. *Dette er en viktig nødprosedyre som alle roere må beherske.*



Båten bæres ut

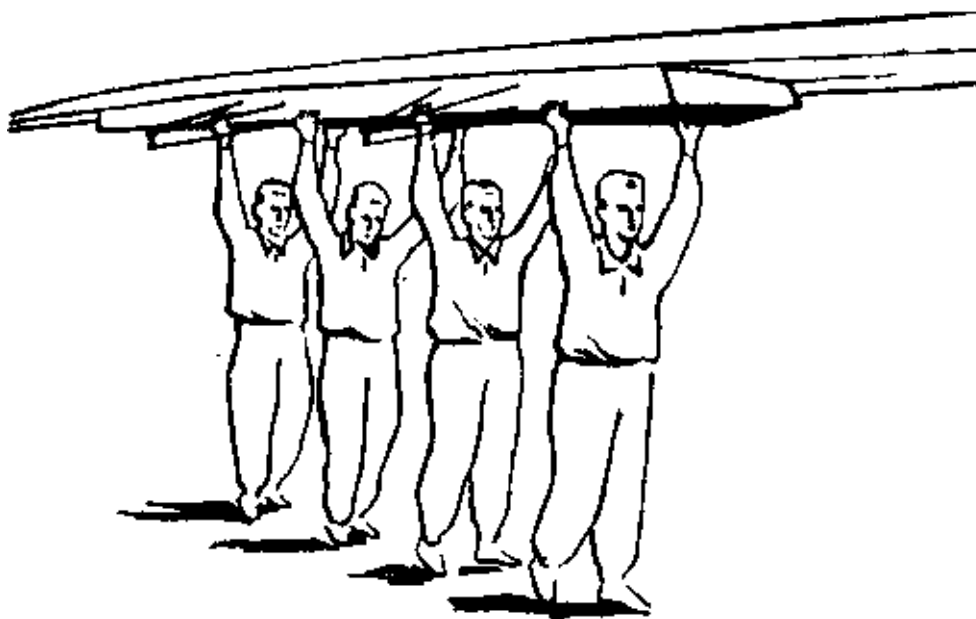
Først legges årene ned på bryggen, med bladet utenfor bryggekannten. Årene bæres alltid med bladet først, da har man kontroll over den mest ømfintlige delen. Bær aldri flere årer enn du behersker, én åre i hver hånd er normalt nok.

Utriggere

Når båten er trukket fram på stativet, stiller hver roer seg omtrent ved sitt fotbrett. Roeren fatter med en hånd over båten i ripa på motsatt side og med den andre i ripa på nærmeste side. På strokens kommando **"løft"** løftes båten fra stativene og dragene skyves inn. Mens

den ene sides roere holder båten, kryper de andre under og tar tak slik at hver roer nå holder i ripa motsatt sin egen rigger. Ligger båten på øverste hylle, skal mannskapets to sider med en gang fatte hver sin båtside, løfte båten ut og senke den. Under løfting og utbæring må alle påse at swivels, riggere eller båt ikke støter mot noe. Hver roer holder øye med sin rigger. Bakerst gående roer dirigerer båten ut av båthallen.

Når båten er vel ute av båthallen, løftes den opp og bæres på skuldrene. På stokens kommando **"over hodet"** fatter roerne samtidig i begge riper, slik at båten bæres over hodet. På bryggen vil roerne på stokens kommando **"fatt inni"** fatte med den ene hånd om båtens tverrdragere, mens den andre hånd (den nærmest kroppen) fortsatt holder i ripen. Båten føres så ned i roernes fang, før båten settes varsomt på vannet i hele sin lengde. På moderne båter i komposittmateriale er det ikke alltid tverrdragere å holde i, i slike tilfeller beholder roerne grep rundt begge riper før båten settes på vannet. Pass på at tærne ikke stikker utenfor bryggekannten og lager merker i båten.



Innrigger, Coastal Rowing båter og trimbåter.

Disse er anbrakt på traller på gulvet. Trallen trekkes frem i midtgangen og skyves ut på båt-plassen hvor båten kontrolleres og bunnpropper skrues i. En av roerne slipper så båten forsiktig ned slisken slik at den kommer på vannet. Pass på at trallens hjul løper i skinnene på slisken. De øvrige medlemmer av laget står klar med en båtshake, og trekker båten inn til bryggen. Trallen må umiddelbart trekkes opp på land, og parkeres på båt-plassen på et sted hvor den ikke står i veien for annen aktivitet eller ferdsel.

I enkelte tilfeller må båten bæres ned på bryggen. Bæring av en innrigger foregår ved at to roere fatter i bærelisten (langremmen) foran i båten og to roere fatter i bærelisten ved coxesetet. I toer innrigger fatter de to roerne i bærelisten foran i båten og coxen under kjølen helt akter i båten.

Stoken kommanderer **"fatt"** hvorefter roerne fatter i bærelisten. På stokens **"løft"** løfter alle samtidig (ikke rykk) og bærer båten ut. Bruk bena til å løfte med, og hold ryggen rett!

Når båten ligger ved bryggen sørger coxen for at roret blir satt på. Se etter at rorpinnen går gjennom samtlige beslag og er stukket helt ned. Sett gjerne et flagg bakerst i innriggeren, da er den bedre synlig for andre båtførere. Er det andre båter som venter på å benytte slisken, trekkes båten over til motsatt side av bryggen.

Trimbåter bæres foran og akter og settes varsomt på vannet samtidig i hele sin lengde. Til hjelp under transporten fra båthallen til brygga kan tohjulet transporttralle benyttes. Denne settes ved siden av oppbevaringstrallen i portåpningen og båten løftes varsomt over. Oppbevaringstrallen skyves derefter tilbake på plass før båten trilles ned på bryggen. Båten skyves i vannet i vinkel. Hold godt fast i trallen så ikke også den ender i vannet! Stroken sørger for at transporttrallen blir fjernet fra bryggen før laget ror ut.



Ombordstigning.

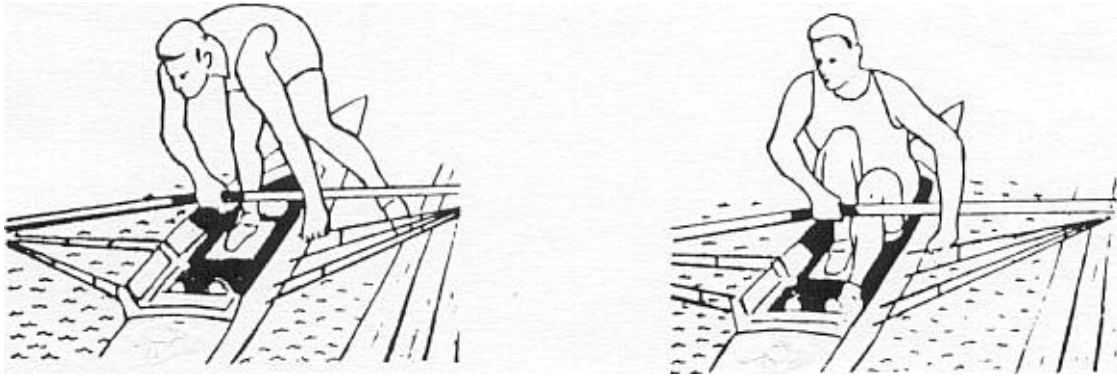
Utriggede båter

Årene fordeles på hver sin plass og legges i. Hvis båten har swivellåser, åpnes de først. Når låsene på swivelene lengst fra bryggekannten skal åpnes, må roeren sette den ene fot på tverrdragerne eller tråplaten mellom sleideskinnene (trå aldri på disse) mens de andre roerne støtter båten ved å holde i riggere som vender mot brygga. Åren legges med halsen i den åpne swivelen med årebladets konkave side opp, hvorefter den skyves på plass. Pass på at åren ikke legger seg parallelt med båten.

Coxen setter seg så i båten. Hen må ved ombordstigningen sette foten på setet eller på kjølsvinet, aldri på den tynne huden ved siden av.

Mannskapet går så i båten. På stokens kommando **"fot i"** vil roeren, vendt i rostilling, sette foten nærmest bryggekannten på tverrdragerne eller tråplaten mellom sleideskinnene (aldri på kjølsvinet eller huden). Ytre hånd (hånden lengst fra swivelen) griper årelommen mens indre hånd fatter om ripa. I paråret båt må roeren med én hånd fatte rundt begge årelommer som holdes inntil hverandre. Legg årebladene flatt på vannet. Pass på at riggerne ikke hviler på bryggekannten. På stokens kommando **"skyv fra"** skyves båten kraftig ut fra bryggesiden. Foten en sparket fra med, hektes i remmen/skoen på fotbrettet, hvorefter en setter seg forsiktig ned på sleiden. Er denne glidd unna, brukes det ledige ben før en setter seg til å trekke sleiden inntil foten en står på. Så snart roeren har satt seg, skrues swivellåsen forsvarlig til. Still først fotbrettet etter at båten er rodd noen tak vekk fra bryggen.

Mannskapet balanserer båten ved hjelp av årene. *Derfor må ingen av årene under noen omstendigheter slippes.* Hold åren flatt på vannet når båten ligger stille.



Innriigere

Coxen holder midt på båten mens mannskapet går i båten. Føttene settes på bunnbrett eller tråplaten mellom sleideskinnene. På en firer går først de to fremste roerne i båten. Når disse sitter på sine plasser og har kontroll på årene går de to bakerste roerne i båten. I en toer går de to roerne samtidig i båten. Derefter setter coxen seg i båten. Hen må ved ombordstigningen sette foten på setet eller på kjølsvinet, aldri på huden ved siden av. Båten skyves forsiktig ut fra bryggen ved hjelp av årene. Innstilling av fotbrett skjer etter båten er rodd vekk fra bryggen så det gis plass til andre båter.

Vanlige kommandoer under roing

Når roingen skal starte vil coxen, eller i styrmannsløse båter stroken, først si **"meld klar fra bau"**. Den enkelte roer i rekkefølge fra bau og bakover skal da med høy og klar stemme melde fra at hen er klar til roing. Når alle har meldt klar kommer kommandoen **"sitt opp"**. Dette betyr at roeren skal sitte klar til arbeid, med strake armer, bøyde knær og åren klar i vannet. På kommandoen **"ro"** starter alle å ro samtidig.

Kommandoen **"Vel rodd"** eller **"det er vel"** betyr at roerne skal slutte å ro. Ordren skal alltid gis like etter vannfatning, og det påbegynte taket skal avsluttes på vanlig måte. Det vanligste er at åren derefter legges flatt (subbende) på vannet. Ordren kan eventuelt etterfølges av ordren **"i balanse"** som betyr at årebladene skal holdes vannrett i ro like over vannflaten mens båten glir fritt fremover. Dette er en vanlig teknisk balanseøvelse i utriggede båter.

Hvis båten, ved fare, må stoppes på kortest mulig lengde, brukes ordren **sett i**. Dette betyr at samtlige roere presser årebladet flatt (vannrett) ned i vannet ved å heve årelommen. Det er viktig at årebladet er vannrett, ellers risikerer roeren å bli kastet ut av båten pga. trykket fra åren. Den første person om bord som oppdager faren må høyt og tydelig gi kommandoen. *Dette er en viktig nødprosedyre som alle roere må beherske.*

Roret bør helst brukes kun når årene er i vannet (under vannarbeidet). Små kurskorreksjoner gjennom flere tak er det beste. Hvis roret brukes mens årene er ute av vannet, vil båtens balanse lett ødelegges. Ved større endringen av kursen er det best å stoppe å ro, og bruke årene til å snu båten.

Utstigning

Fremgangsmåten ved utstigningen er i detaljer den samme som ved ombordstigningen, men i omvendt rekkefølge. Coxen går først ut av båten og holder den. Swivellåsene på den siden som vender ut fra bryggen skal åpnes før roerne samtidig (utriggere) eller to og to trår ut av båten. Men ingen må ta åren ut av swivelen før alle er på bryggen.

Årene legges ytterst på bryggen med bladet utenfor kanten, og ror som ikke er fast montert tas av og legges i båten.

Båten bæres opp

Utriggere

Bauen sørger for at det står bukker ferdige på båtplassen, mens stroken passer båten. Firere og åttare skal legges på faste bukker. Mindre båter skal legges på hengebukker. Innriggerbukker må aldri brukes til utriggede båter!

Hvis det er mye vann i båten etter roturen må det meste øses ut før laget løfter båten opp av vannet. Mye vann gjør båten så tung at den kan brette!

Båten tas opp av vannet på samme måte som den ble satt i. På strokens kommando **"fatt inni"** tar man tak med den ene hånden i tverrspantene, mens den andre hånden holder i ripen. På moderne båter i komposittmateriale er det ikke alltid tverrspant å holde i, i slike tilfeller griper roerne i begge riper. På kommandoen **"løft"** løftes båten opp i fanget, og laget går et par skritt innover på bryggen. På kommandoen **"over hodet"** løftes båten opp over hodet, slik at den bæres på begge riper. På kommandoen **"ut motsatt og til skulder"** går roerne ut på motsatt side av båten i forhold til sin rigger, og båten bæres i skulderhøyde mellom roerne. På dobbeltfirere må roerne tenke seg at båten er en enåret rigget båt, slik at de går ut til riktig side.

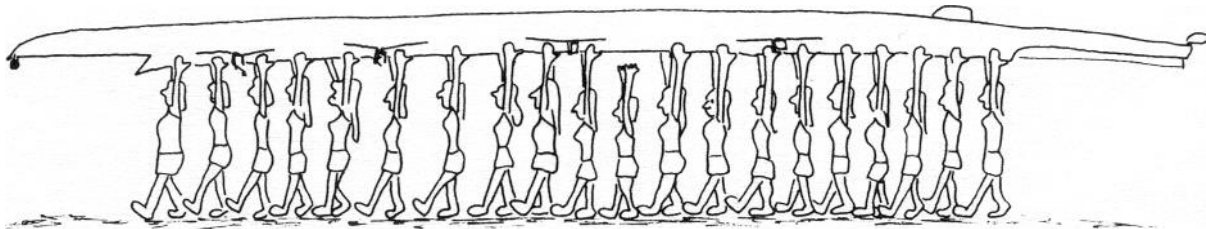
Toer/dobbeltsculler bæres normalt av roerne i begge ender, i det roerne griper rundt hele båten når den skal løftes ut av vannet og bærer båten på skuldrene opp fra bryggen. Singelsculler bæres enten over hodet eller på én skulder.

Båten settes forsiktig ned på bukkene, med bunnen i været. Påse at bukkene står slik at vekten av båten blir nogenlunde likt fordelt.

Innrigger, Coastal Rowing båter og trimbåter.

Ror og eventuelle flagg tas ut og legges i båten. En av roerne henter trallen og slipper den ned slik at begge bånd er under vann. En roer manøvrerer båten ved hjelp av båtshaken inn over trallen. På coastal-båter må det tas spesielt hensyn til den lange utstikkende finne under båten. Når båten har mesteparten av vekten i trallen, slik at den ikke kan gli av, må alle medlemmer av laget hjelpe til med å dra opp båt og tralle. Pass på at båten ligger rett og jevnt på trallen. Trallens hjul må løpe i skinnene på slisken.

Båtene kan normalt ligge på trallen under rengjøring og vedlikehold.



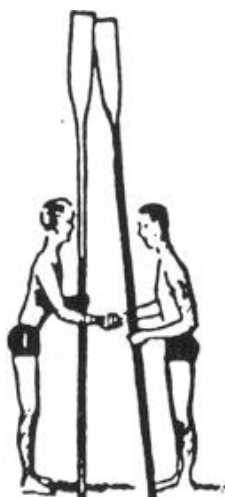
Vedlikehold etter hver rotur

Årene bæres opp fra bryggen umiddelbart etter at båten er lagt på bukkene. På dobbeltscullere/toere gjøres dette av bauen, på firere av bau og toeren, på åttene av bau, 2, 3 og 4. Det avsettes mye fett og salter fra hendene på årelommen, derfor må alle årene skylles etter bruk. Rene årelommer gir færre vannblemmer i hendene!

Stroken spyler båten ren for saltvann, sand og smuss, både utvendig og innvendig. Ikke sett vannstrålen rett mot båten, lakken kan flæres av. Alle roerne bidrar til omhyggelig å tørke båten innvendig og utvendig. Klutene henges forsiktig tilbake på plass, sand fra bakken kan lage riper i lakken.

På innriggeren må løst inventar fjernes før rengjøringen, slik at laget er helt sikre på at det ikke ligger igjen sand eller smuss langs spantene. Sand og jord holder på fuktighet, og bevirker forråtnelse i treverket. Bunnpropper settes i de dertil beregnede holdere i båten.

Det må ikke være vann igjen i båten når den bæres inn i båthallen. Hvis det er vann igjen i utriggere som legges på brakettene, vil dette renne ned i innriggere som ligger på traller under. *Alle lufteluker skal være åpnet og alle swivellåser skal være lukket **før** båten bæres inn.*



Båten legges inn

Kontroller at innriggere, coastal rowing-båter og trimbåter ligger riktig på trallene før båtene skyves inn i båthallen. Båtene skal plasseres slik at vekten er jevnt fordelt på trallen, understøttes under spantene og ligger rett. Båten skyves forsiktig inn på sin plass slik at akterenden på de forreste båtene kommer på innsiden av dem som står bakenfor. Flagg og vimpler settes tilbake på plass i flaggstativet.

Utriggede båter bæres inn på samme måte som de bæres ut. Når båtene legges opp på dragerne, må det utvises forsiktighet så ikke swivels og riggere kommer i berøring med båten som ligger over eller under. Se etter at båten hviler på ripa, ikke på riggerne. Helst skal utriggere hvile på et spant. Toere/dobbeltskullere skal hvile på spantet bak stokens fotbrett, og i en krybbe under dekket foran på båten. Singelskullere hviler på krybber under for- og akterdekket. Sett tennisballer på swivlene til beskyttelse av andre båter og roere.

*Luftelukene skal være åpnet **før** båtene legges inn i båthallen. Alle båter skal ligge i båthuset med baugen **inn**.*

Årene legges på sin oppmerkede plass i årestativene.

Stroken ser etter at alt materiell laget har brukt kommer på plass, og at bukkene blir ryddet bort. Mange lag kommer tilsynelatende aldri tilbake til klubbhuset etter roturen – husk å skrive klokkeslett i inn-rubrikken i roprotokollen etter avsluttet roing.

Skaderapportering.

Oppstår skader eller konstateres mangler under eller etter bruken, er stroken/kapteinen ansvarlig for at disse feil føres inn i skadeprotokollen.

