

STANDAARD AFSTELLINGEN BOTEN EN RIEMEN ROEIVERENIGING RIJNLAND

(versie: 20081217)

1. Inleiding

Doel van standaard afstellingen is het bevorderen van de directe gebruiksgereedheid van boten en riemen van RV Rijnland.

De afstellingswaarden zijn gebaseerd op de roeliteratuur (zie 4.) en ervaring. In het algemeen zal bij deze afstellingswaarden goed geroeid kunnen worden, zonder dat aanpassingen nodig zijn. Daarbij is wel van belang dat van de te gebruiken boot het aangegeven roeiersgewicht¹ in acht wordt genomen.

De standaard afstellingswaarden betreffen:

- a. hoek van de dol;
- b. basishoogte van de dol;
- c. afstand van de dol tot het midden van de boot;
- d. lengte en binnenhendel van riemen;
- e. hoogte en hoek van het voetenbord;
- f. positie van de slidings.

De afstellingswaarden gelden zowel voor wedstrijdboten (“toewijzing bestuur”²) als boten voor algemeen gebruik (algemeen, behoudens beperkingen die verband houden met afgelegde roei-examens³).

De **commissaris materiaal** is ervoor verantwoordelijk dat iedere boot aan de standaard afstellingen voldoet.

2. Regels voor aanpassingen

Bij boten voor algemeen gebruik kan alléén de dolhoogte worden aangepast indien de dollen zijn voorzien van klikringen.

Opgelet! Bij sculldollen moeten om het gewenste hoogteverschil te handhaven het aantal te verplaatsen klikringen aan BB en SB gelijk zijn.

De positie van het voetenbord is in horizontale richting vrij instelbaar, evenals de hoogte, indien het voetenbord is voorzien van “flexheels”.

Bij wedstrijdboten kunnen de afstellingen worden aangepast, onder de volgende voorwaarden:

- Indien een wedstrijdboot is toegewezen aan slechts **één ploeg/persoon**, dan kan deze **ploeg/persoon in overleg met de commissaris materiaal** de instellingen aanpassen.
- Indien een wedstrijdboot wordt toegewezen aan **twee of meerdere ploegen/personen**, dan zijn wijzigingen beperkt tot dolhoogte (door middel van klikringen). Andere standaard afstellingen (bijvoorbeeld dolafstand, dolhoek, lengte binnenhendel) kunnen alleen worden gewijzigd in **onderling overleg tussen ploegen/personen en de commissaris materiaal**.

¹ zie Overzicht Boten in het actuele Jaarboek RV Rijnland en het Afschrijfboek

² zie Overzicht Boten en Afschrijfboek

³ zie Overzicht Boten en Afschrijfboek

STANDAARD AFSTELLINGEN BOTEN EN RIEMEN

ROEIVERENIGING RIJNLAND

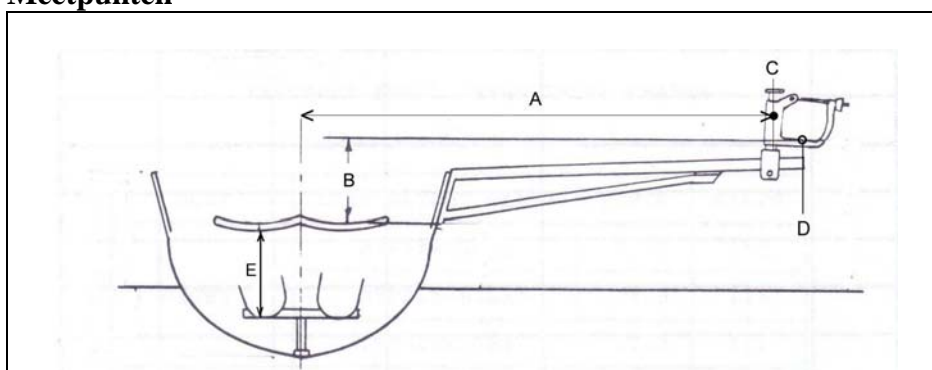
(versie: 20081217)

Deze wijzigingen dienen op een formulier (zie bijlage) te worden aangegeven.

Na afloop van de toewijzing dienen de ploegen/personen de afstellingen van de boot terug te brengen naar de standaard afstellingen en dit te melden aan de **commissaris materiaal**.

3. Standaard afstellingswaarden

3.1 Meetpunten



A = dolafstand = afstand midden dolpen (midden dol verticaal) tot midden boot.

B = dolhoogte = afstand laagste punt bankje tot horizontale lijn vanuit midden dol (punt D).

C = dolpen.

E = hoogte voetenbord (zie punt 3.6).

3.2 Boord

boot	standaard dolafstand (A)
2-	89 cm
4-	87 cm
4+	88 cm
8+	86 cm

3.3 Scull

boot	standaard span = 2 x dolafstand (2 x A)
1x	162 cm
2x	160 cm
4x-	158 cm
4*	160 cm
C2/3/4	160 cm
wherry	160 cm

STANDAARD AFSTELLINGEN BOTEN EN RIEMEN ROEIVERENIGING RIJNLAND

(versie: 20081217)

3.4 Dolpen en dol

standaard hoogte dol t.o.v. bankje		
boord		17 cm
scull	stuurboord	16 cm
	bakboord	14,5 cm

standaard hoeken dolpen en dol		
hoek dolpen	vaarrichting	altijd 0°
	dwarsrichting	altijd 0°
hoek dol	doldoppen 4/4	4°

Opmerking

Riemen worden standaard aangeschaft met een bladhoek van 0°. Er zijn echter nog oudere riemen in gebruik met een ingebouwde bladhoek, namelijk:

- “Smoothies”, waarvan er twee soorten in gebruik zijn met verschillende eigen bladhoek. Voor de juiste afstelling moet de commissaris materiaal worden geraadpleegd.
- Oudere riemen met witte manchet. Deze riemen kunnen een + of - bladhoek hebben. Soms is deze bladhoek op de manchet genoteerd. De dolhoek dient in dat geval door middel van doldoppen zodanig te worden aangepast dat het resultaat een roeibladhoek (netto pitch) is van 4°.

aanpassing dolhoek door middel van doldoppen													
bovenste dop	1 7	1 7	2 6	2 6	3 5	3 5	4 4	4 4	5 3	5 3	6 2	6 2	7 1
onderste dop	7 1	6 2	6 2	5 3	5 3	4 4	4 4	3 5	3 5	2 6	2 6	1 7	1 7
dolhoek	1°	1½°	2°	2½°	3°	3½°	4°	4½°	5°	5½°	6°	6½°	7°

voorbeeld werking doldoppen:	
	<p>Hier wordt met doldoppen 2/6 een hoek bereikt van 6°. Door de doldoppen te verwisselen, wordt een hoek bereikt van 2°.</p> <p>Let op welk cijfer op de doldop tegen de dol en welk cijfer van de dol af wordt geplaatst!</p>

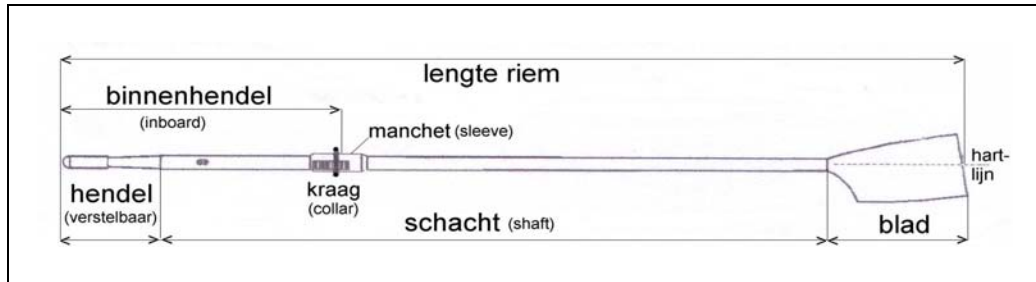
STANDAARD AFSTELLINGEN BOTEN EN RIEMEN ROEIVERENIGING RIJNLAND

(versie: 20081217)

Attentie

Niet alle boten zijn uitgerust met (standaard) Concept-2 dollen of dollen met soortgelijke mogelijkheden. Bij dollen zonder doldoppen moeten eventuele afwijkingen worden gecorrigeerd door gebruik te maken van stelmogelijkheden van de dollen zelf of door verbuigen van de rigger. Zowel het een als het ander mag alleen gebeuren door of met toestemming van de **commissaris materiaal!**

3.5 Riemen



Standaard lengte van een boordriem: 374 cm.

Standaard lengte van een scullriem: 289 cm.

De verhouding tussen **riemlengte** en de **lengte binnenhendel** (inboard) bepaalt samen met de dolafstand de zwaarte van het werk (in fietsjargon: het verzet).

De **lengte binnenhendel** is de **afstand tussen het uiteinde van de hendel en drukkant van de kraag**.

Om goed te kunnen roeien dient zowel bij boordroeien als bij scullen de riem tot over het midden van de boot te reiken. Dat heet overlap.

Bij de berekening van de binnenhendel te gebruiken standaard waarden:

- halve boorddoldikte: 2 cm;
- halve sculldoldikte: 1½ cm;
- overlap boordriemen: 32 cm over de as van de boot;
- overlap scullriemen: 10 cm van de binnenhendels ten opzichte van elkaar.



STANDAARD AFSTELLINGEN BOTEN EN RIEMEN

ROEIVERENIGING RIJNLAND

(versie: 20081217)

Boordriem

boot	dolafstand	½ doldikte	overlap	lengte binnenhandel
2-	+ 89 cm	- 2 cm	+ 32 cm	= 119 cm
4-	+ 87 cm	- 2 cm	+ 32 cm	= 117 cm
4+	+ 88 cm	- 2 cm	+ 32 cm	= 118 cm
8+	+ 86 cm	- 2 cm	+ 32 cm	= 116 cm

Scullriem

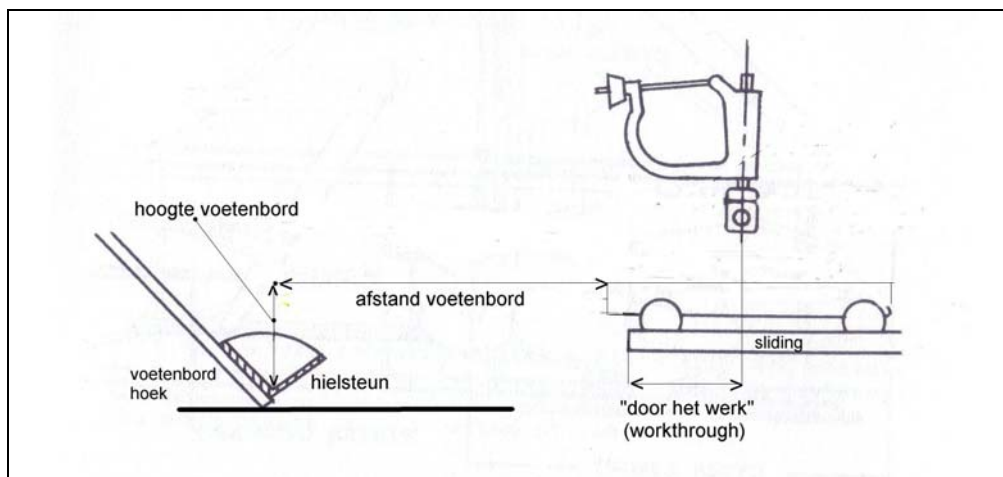
boot	span	dolafstand	½ doldikte	overlap	lengte binnenhandel
1x	162 cm	+ 81 cm	- 1½ cm	+ 10 cm	= 89½ cm
2x	160 cm	+ 80 cm	- 1½ cm	+ 10 cm	= 88½ cm
4x-	158 cm	+ 79 cm	- 1½ cm	+ 10 cm	= 87½ cm
4*	160 cm	+ 80 cm	- 1½ cm	+ 10 cm	= 88½ cm
C2/3/3	160 cm	+ 80 cm	- 1½ cm	+ 10 cm	= 88½ cm
wherry	160 cm	+ 80 cm	- 1½ cm	+ 10 cm	= 88½ cm

Bij riemen met verstelbare hendels (**wedstrijdboten**), kan de (standaard) riemlengte worden vergroot of verkleind. In het algemeen zal tegelijkertijd de kraag van de riem moeten worden verplaatst.

De lengte van binnenhendels kan snel tijdelijk worden vergroot door gebruik te maken van "Clip-on Load Adjusting Mechanisms" (C.L.A.M.'s).

Zie bijlage, Concept-2 "Assembly & Use Manual" pagina's 4 en 17.

3.6 Voetenbord



hoogte voetenbord = laagste punt bankje tot laagste punt hielsteun	standaard ±18 cm. Bij flexheels en wedstrijdboten met schoenen: variabel.
hoek voetenbord	standaard ± 42°
afstand voetenbord	variabel
"door het werk"	±10 cm (afhankelijk verstelmogelijkheden slidings)

STANDAARD AFSTELLINGEN BOTEN EN RIEMEN ROEIVERENIGING RIJNLAND

(versie: 20081217)

4. Literatuur

- Syllabi KNRB coachcursussen (zie voor cursussen: www.knr.nl).
- FISA coachmanuals (zie: www.worldrowing.com).
- “Rowing Faster”, editor Volker Nolte, uitgever Human Kinetics.

5. Bijlagen

- Formulier “Specifieke afstelling wedstrijdboot”.
- Concept-2 Assembly & Use Manual (zie ook: http://www.concept2.com/us/support/manuals/pdf/Oar_Manual.pdf).

-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-