

## Instructie standaardafstelling klikringen na aanpassing

### Doel instructie

Het doel van deze instructie is helderheid te geven over het gebruiken van klikringen voor leden die graag aanpassingen doen in de afstelling. Doel van deze instructie is **ook** om leden die geen gebruik van de klikringen maken, te informeren over de standaardafstelling. Zij kunnen zo indien nodig de boot in de standaardafstelling terugzetten.

### Instructie [zie ook de foto's]

Uitgangspunt: iedere boot ligt altijd in de nul-afstelling in de botenloods. Dit is de standaardafstelling die behoort bij dat boottype en bootgewichtsklasse. Die nul-afstelling [**nul-positie**] betekent:

- 2 klikringen onder + 2 klikringen boven de dol\* of
- 1 klikring onder + 1 klikring boven de dol\*
- staan de klikringen staan aan stuurboord in dezelfde positie als aan bakboord.

Zo hoort een boot met klikringen in de stelling te liggen. En zo moet die ook weer in de stelling teruggelegd te worden als de klikringen worden verplaatst voor individuele aanpassing.

*\*) Richtlijn is 2 onder + 2 boven de dol; als de dolpen niet voldoende ruimte biedt: 1 onder + 1 boven.*



### Toelichting op instructie

Iedere roeivereniging hanteert standaardafstellingen voor haar boottypen. Dat is een afstelling die bij een bepaald boottype voor de gemiddelde roeier geschikt is. Uitgaande van gebruik van een boottype dat past bij het gewicht van de roeier(s). Voor de meeste roeiers is die afstelling in de praktijk prima.

Leden die behoefte hebben aan gebruik van klikringen, worden verondersteld kennis te hebben van het effect op hun roeipositie. Zaken als o.a. eigen gewicht, lichaamsverhoudingen, gewicht van ploeggenoten en boottype spelen daarbij een rol. Laat je adviseren door een ploeggenoot of coach bij twijfel over nut/noodzaak.

Het uitgangspunt is dat het veranderen van de afstelling geen gedoe oplevert voor roeiers die kunnen en willen volstaan met de standaardafstelling. Een roeier die de standaardafstelling graag wijzigt voor zichzelf, wordt geacht die wijziging ongedaan te maken na het gebruik van de boot.

Kortom: de boot ligt altijd in de standaardafstelling weer vaarklaar voor de volgende roeier.

*\*) De inzichten over dit onderwerp verschillen. Daarom is dit de startversie van de klikringinstructie. Belangrijk dat we nu iets hebben vastgelegd en **structureel** kunnen doorvoeren. Mooi als deze afspraak heel lang meegaat, maar mocht er een aanpassing nodig en mogelijk zijn, dan is dat op basis van **structurele ervaring**.*

Isala/klikringinstructie/20230707