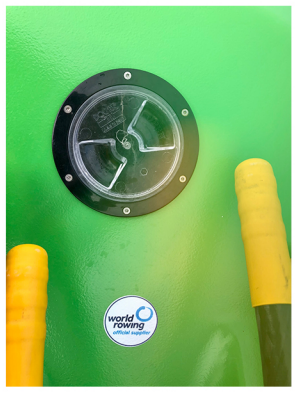
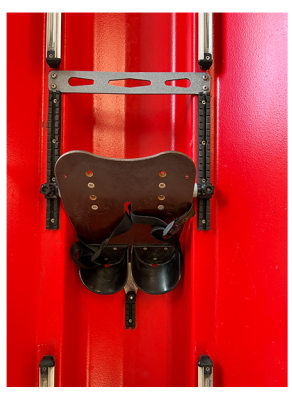
COASTAL - klargøring før du skal på vandet

Forberedelse

- Kør båden ud på bådpladsen.
- Tjek at der ikke er umiddelbare skader eller mangler på båden.
- Tjek at **ventilationsluge** ved stævn er lukket.
- Tjek at der er **1 bådshage** *(kun 4x coastal)*.
- Tjek placering af egne **klemskiver**. Tjek også, at der er tilstrækkeligt med klemskiver i alle svirvler (ekstra klemskiver findes i værkstedet).
- Hver roer grovindstiller eget **spændholt** efter albuemetoden.
- **Årer** bæres ned på broen og lægges parvis.
- **Fangliner** skal være løst fastgjorte langs riggene.
- **Redningsveste**. Sørg for veste til alle (i korrekt stand). Der er **vestepligt** ved vand **under 10 grader**.
- **Nye roere bærer vest under første instruktion** uanset vandtemperatur.
- Veste, der ikke bruges under sejlads, fastgøres agter. Linen kortes, så vestene ikke kan flyde ud af båden.





Pakning

- Ekstra tøj, mobiler mv. lægges i drybags og fastgøres fx ved egen rig eller spændholt (ikke i bunden, der vil ofte komme vand under sejlads).
- Drikkedunke – lægges i bunden ved eget sæde.

Registrering

- Turen skal registreres på rokort/goMember. Først registrerede roer er styrmand (med styrmandsret), og ansvarlig for korrekt klargøring og turen.

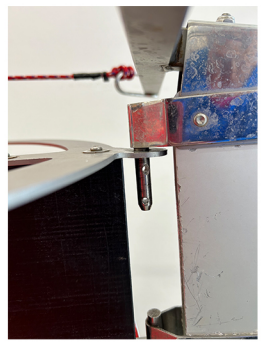
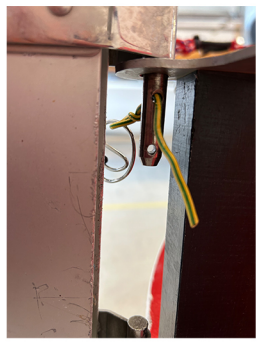


Kontrol af vejret

- Kontroller vejrudsigten før du går på vandet! Tjek fx på yr.no eller dmi.dk eller farvandsudsigter.
- Undgå at ro i dårligt vejr med kraftig vind, tordenstorme eller tæt tåge.

Båden i vandet

- En roer (2 roere ved 4x coastal) sætter båden i vandet ved broen, en roer tager imod. Løft stævnen ved lavvande, så den ikke går på betonen.
- Ror (kun 4x coastal): Påsættes når båden er i vandet. Husk split, som føres gennem det lille hul i roret og bøjes nedad, så roret ikke løsnes.

Når båden er i vandet

- Årer – placeres på de korrekte pladser og svirvler skrues fast.
- Roerne går ombord efter styrmandens kommando: ’1 og 2 klar til at gå ombord, 1 og 2 ombord’. Gentages for 3 og 4.
- Når båden er fri af broen kan eget spændholt fin-indstilles: I vel-stilling med strakte arme og ben og spændt op i core, skal åren stå minimum 90 grader på båden.
- Når båden er fri af broen, kan trækhøjde på egne årer tjekkes: Når åren flyder ind mod roeren med lodret åreblad skal håndtaget ca. ramme solar plexus.
  Går åren for lavt flyttes 1-2 klemskiver ned under svirvlen.
  Går åren for højt flyttes 1-2 skiver op.





God tur 😊