



Reglement  
voor het gebruik van Coastal C1/C2  
van de KNZRV

# Inleiding

Dit reglement staat niet op zichzelf; het sluit aan bij het [Reglement van Orde](#) van de KNZ&RV.

Voor het roeien in de Coastal C1x en de Coastal C2x van de Koninklijke gelden speciale richtlijnen. Hier leest u welke voorwaarden gesteld worden aan de roeibevoegdheden, wanneer er rib-begeleiding vereist is en onder welke weersomstandigheden nog uitgevaren mag worden.

Verder wordt in dit document beschreven hoe de boten veilig en zonder schade in en uit het water gehaald moeten worden. Tot slot worden de kenmerken van de coastal (C1) benoemd die u helpen de bij u passende skiff af te schrijven.

Het document sluit af met extra informatie over onderkoeling.

*Uiteraard neemt u geen risico's; inzicht in uw eigen kunnen is zeer belangrijk. Voldoen de reglementen en richtlijnen maar voelt u zich niet zeker, dan vaart u uiteraard niet uit.*

## Het weer, RIB als begeleiding, roeibevoegdheid

### Algeheel geldende regels voor Coastal C1x en C2x

- Ongestuurde boten waaronder de Coastal C1x en C2x mogen niet door de sluis.
- Beoordeel de weersomstandigheden goed. Bij twijfel gaat u niet naar buiten ('Better safe than sorry').
- Houd rekening met de windkracht en de windrichting. Bij noordenwind zijn de omstandigheden een stuk uitdagender dan bij zuidenwind. Pas op, vooral binnen de pieren, dat u niet aan lager wal raakt.
- Vanaf 1 oktober t/m 31 mei of bij een watertemperatuur lager dan 15 °C mag, zowel in de coastal C1x als in de coastal C2x, NOOIT zonder begeleiding van een rib gevaren worden. Dit in verband met gevaar voor onderkoeling bij het te water raken (zie **Extra informatie over onderkoeling** onder aan dit document)

### Juiste roeibevoegdheid Coastal C1x/C2x

De Coastal C1x en C2x kunnen alleen afgeschreven worden door leden met bevoegdheid S2-plus. Als u inlogt op de KNZRV-site onder '[Leden](#) – Mijn Instellingen – Mijn Groepen – Roeibevoegdheid' kunt u zien welke roeibevoegdheden u heeft.

Mochten de roeibevoegdheden incorrect zijn, dan graag contact opnemen met de roeicommissie via email [secretaris.roeien@knzrv.nl](mailto:secretaris.roeien@knzrv.nl)

### Gebruik Coastal C1x/C2x met juiste roeibevoegdheid

Heeft u de juiste bevoegdheid (S2 plus) dan kunt u tussen 1 juni – 30 september, onder de volgende voorwaarden, zonder begeleiding van een rib, het water op:

#### C1x

- Alleen indien u een boot heeft gereserveerd in '[Boot reserveren](#)'
- Alleen met minimaal twee C1x boten tegelijkertijd; u gaat dus nooit alleen het water op!
- Laat iemand/de havenmeester weten dat u met een boot weg bent en geef aan hoe laat u meent terug te zijn.
- U moet een reddingsvest aan en een mobiele telefoon in waterdichte hoes aan boord hebben (voorzien van nummer havenmeester +31 6 2014 6897 en de '[KNRM helpt](#)' app)

- Sleeptouw mee (in geval van materiaalpech)
- Blijf zoveel mogelijk (als kan i.v.m. stenen) aan de kant, in ondiep water.
- Ga niet naar buiten bij veel wind /windkracht harder dan windkracht 3Bft.; ook al is er geen vaarverbod.

### C2x

- Alleen indien u een boot heeft gereserveerd in '[Boot reserveren](#)'
- Laat iemand/de havenmeester weten dat u met een boot weg bent en geef aan hoe laat u meent terug te zijn.
- U moet een reddingsvest aan en een mobiele telefoon in waterdichte hoes aan boord hebben (voorzien van nummer havenmeester +31 6 2014 6897 en de '[KNRM helpt](#)' app)
- Sleeptouw mee (in geval van materiaalpech).
- Ga niet naar buiten bij veel wind /windkracht harder dan windkracht 3 Bft.; ook al is er geen vaarverbod

### **Gebruik Coastal C1x/C2x zonder juiste bevoegdheid**

Heeft u nog niet de juiste bevoegdheid, dan mag u alleen in een Coastal C1x of C2x roeien, als u instructie krijgt/gecoacht wordt en er begeleiding vanuit een rib meevaart. De instructeur/coach moet dan de boot afschrijven.

## **Omgang materiaal, in/uit water Coastal C1/C2**

Ga zorgvuldig met het materiaal om.

- Voordat u de boot naar het vlot vervoert, zorgt u dat de boot in orde is. Op deze manier houdt u het vlot zo kort mogelijk bezet en kunt u snel wegvaren
  - U zorgt er voor dat de riemen bij het vlot liggen en
  - het voetenboord goed is afgesteld.
  - Alle luchtkastdeksels in de boot zijn goed dichtgedraaid.
  - De dollen staan open.
  - Mocht na het instappen blijken dat het voetenboord nog niet goed staat, dan stelt u die op het water verder af.
- Gebruik de speciale trolleys (karretjes met de harde blauwe wielen) om de Coastal C1x en C2x naar het vlot te vervoeren en de boot in het water te leggen.



- Als u de boot aan de kop van het vlot vanaf de trolley het water in laat glijden, zorg er dan voor dat u de boot vrij van de band van de trolley in het water brengt.
- Als u met meerdere personen de boot aan de zijkant van het vlot in het water laat, let er dan op dat het vinnetje vrij blijft van het vlot.
- Bovenstaande 2 punten gelden natuurlijk ook als u de boot uit het water haalt.
- In/uitstappen

Let bij het in/uitstappen in de boot op dat u niet op de luchtkastdeksels gaat staan. Bij coastal boten Filippi en LiteBoat kunt u uw voet bij het instappen in het kuipje neerzetten. Dat kan bij de Swift boten *niet*; in de Swift boten zet u uw voet op het antislip gedeelte (op het platte vlak) vóór het kuipje.

- Na de training
  - Spuit na de training de boot goed af, maak de boot schoon en droog en controleer op schade.
  - Mocht u onverhoopt schade aan de boot/riemen hebben opgelopen, dan meldt u de schade in '[Boot reserveren](#)'.

### **Te water laten van de coastal skiffs**

De coastal skiffs (Swift 1, Swift 2, Swift 3) die buiten in het botenrek liggen waarvan 2 met een hoes eromheen, worden door 2 - 3 personen uit het rek gehaald en in 2 schragen gelegd. Let er daarbij op dat de boot niet tegen de legger/rigger van de boot erboven komt. Het is handig om bij het uit het rek halen van de skiffs, de boot iets te kantelen en de boot eruit te draaien. Hierbij is de kans dat je de onderliggende boot met de rigger raakt kleiner. Idem dat de rigger van de bovenliggende boot de romp van je skiff raakt. Vervolgens wordt de hoes eraf gehaald en in de riemenloods gelegd (let erop dat er geen zand/viezigheid in de hoes komt). Check of al de luiken (en het kleine dopje aan de achterkant) goed dicht zitten. De boten worden naar het vlot gebracht met de daarvoor bestemde trolleys.

Op het vlot kun je ervoor kiezen

1. De boot aan de korte kant van het vlot vanaf de trolley in het water te laten glijden. Eén iemand neemt de punt van boot en laat de boot in het water glijden. En één iemand houdt het wagentje tegen. Let er daarbij op
  - dat je zodra de achterkant van de boot op het water rust, je de boot, vrij van de legband van het botenwagentje, in het water laat glijden. Dus niet over de band laten glijden!
2. De boot aan de lange kant van het vlot met 2/3 personen van de trolley te tillen en in het water te tillen waarbij je erop let dat:
  - je tenen niet over de rand van het vlot gaan
  - je de boot ver genoeg uit de kant in het water legt
  - de kant waar het vinnetje zit eerst in het water legt
  - het vinnetje niet het vlot raakt

N.B. bij de Swift boten, zet je je voet bij het instappen in de boot (en ook bij het uitstappen), op het grijze rechthoekje op het plankier. Je zet je voet dus niet in het kuipje neer!!

### **Uit het water halen van de coastal skiffs**

Bij het uit het water halen van de boten, kun je ervoor kiezen

1. De boot aan de korte kant van het vlot op het botenwagentje te tillen.
  - Eén persoon of twee personen neemt/nemen de punt van boot en trekt de boot uit het water op de trolley.
  - En één iemand houdt het wagentje tegen.
  - Let er daarbij op dat je de boot zoveel mogelijk vrij houdt van de legband van de trolley. Dus niet/zo min mogelijk over de legband laten glijden!
2. De boot aan de lange kant van het vlot uit het water te tillen. Je tilt de boot bij voorkeur met 3 personen uit het water en legt hem en op de trolley waarbij je erop let dat:
  - je tenen niet over de rand van het vlot gaan
  - je de voorkant en de achterkant van de boot tegelijkertijd uit het water tilt
  - je de boot vergenoeg uit de kant uit het water tilt
  - het vinnetje niet het vlot raakt

Na de training maak je de boot zowel aan de binnenkant als aan de onderkant goed schoon. Zeker als het een boot betreft die in een hoes buiten op het botenrek komt te liggen.

## Stallen boten

1 skiff (Wolfpack) en de 2 dubbeltweeën hangen aan het plafond in de botenloods. De Michiel Poulie ligt rechtsachter in de loods op een stelling. De andere 3 skiffs (Swift 1, Swift 2 en Swift3) liggen in het botenrek dat aan de ribschoor is vastgemaakt.

De boten die in het botenrek liggen, worden in een botenhoes opgeborgen (vooralnog hebben we maar 2 hoezen: voor de Swift 1 en de Swift 2). Zorg er te allen tijde voor dat die botenhoes aan de binnenkant schoon blijft/er geen zand in komt. Anders gaat dat schuren op de huid van de boot.

- Als de boten uit het water zijn gehaald, worden ze zowel (eerst) aan de binnenkant en vervolgens omgekeerd met de huid naar boven en aan de onderkant goed schoon (ook even afspuiten met de waterslang) en droog gemaakt. Ook open je de luiken.
- Om de hoes om de boot te doen, zorg je dat de boot met de huid naar boven in de schragen ligt.
- Vervolgens doe je de botenhoes eromheen.
- Je doet de hoes eerst om de vin en aan de voorkant om de voorpunt. Vervolgens doe je de hoes om de achterkant. Dan keer je de boot met 2 personen om en sluit je met het klittenband de hoes zo ver mogelijk als met de riggers gaat.  
De handigste manier om de hoes eromheen te doen, is als de boot met de huid naar boven op de schragen ligt. Vervolgens keer je de boot met 2 personen om, sluit je met het klittenband de hoes zover mogelijk als met de riggers gaat.
- Vervolgens til je de boot in het botenrek waarbij de punt op de korte ligger met het bokje komt te rusten en de achterkant van de boot op de langere legger rust. Je legt de boot in het botenrek door haar iets te kantelen (iets lager aan de landkant) en op de leggers te draaien. De achterkant van de boot moet gelijk met de zijkant van de ribschoor liggen en niet uitsteken!
- Maak elke boot met 2 banden vast aan het rek. Let erop dat je de band ook aan de verticale staander van het rek vastmaakt (zodat de boot niet met band en al van het rek kan schuiven bij extreem weer).
- Let op dat je de boot niet beschadigd door de banden te vast aan te trekken.

## **Kenmerken Coastal C1, afschrijfkeuze**

De KNZ&RV heeft een vijftal Coastal Skiffs (C1). Hoewel ze allemaal voldoen aan de normen die door World Rowing Federation aan coastal wedstrijdskiffs worden gesteld, zijn er verschillen tussen de boten.

Hier volgt een beschrijving die helpen kan om de juiste skiff af te schrijven:

SWIFT boten zijn qua balans moeilijker dan de andere C1 boten van de KNZ&RV, waarbij de gele SWIFT qua balans zelfs aanzienlijk moeilijker is. Daardoor zullen minder ervaren roeiers zich waarschijnlijk minder prettig in deze boot voelen/minder prettig in deze boot varen.

- SWIFT 1 (wedstrijdboot, alleen af te schrijven met speciale permissie)  
Deze gele boot heeft qua rompvorm een lichte "banaan"- vorm. Dat heeft tot gevolg dat de Swift 1 lastiger op koers en moeilijker in balans te houden is. Deze boot vereist een nauwkeurige *catch* en *finish*.  
De boot is afgesteld op roeiers van 80 tot 90 kg
- SWIFT 2 (wedstrijdboot, alleen af te schrijven met speciale permissie)  
Deze rode boot is afgesteld voor roeiers van 65 tot 75 kg
- SWIFT 3  
Deze rode boot is afgesteld voor roeiers van 65 tot 85 kg
- Wolfpack (LiteBoat)  
Deze boot heeft een grote gewichtstolerantie, is goed koersvast, maar ook goed wendbaar.

De boot is afgesteld voor roeiers van 80 tot 100 kg

- Michiel Poulie (Filippi)

Deze boot is iets kleiner dan de andere boten. Ligt stabiel en is goed koersvast.

De boot is afgesteld op roeiers van 50 tot 70 kg.

Coastal Skiffs hebben een ruime gewichtstolerantie. Maar indien het gewicht van de roeier meer dan 10 kg afwijkt van het gewicht waarvoor de boot bestemd is, dan wordt aanbevolen geen gebruik te maken van de boot.

Waar let je op als je zwaarder bent (max 10kg) dan het gewicht waarvoor de boot is bestemd? Zet dan de dolpenringen (de witte klemringetjes op de dolpen) onder de dol. Op deze manier staat de dol iets hoger; dat is plezieriger omdat de boot dan dieper ligt.

Omgekeerd (je bent lichter) zet je de dolpenringen bóven de dol. Het verstellen van de dolpenringen gebeurt altijd op de wal als de boot nog in de schragen ligt. Probeer dit niet op het water in verband met een grote kans op omslaan.



*Dolpenring*

## Extra informatie over onderkoeling

Bij te water raken, in water met een temperatuur lager dan 20 ° C, is er sprake van een snelle afkoeling. De open Hollandse wateren hebben temperaturen die variëren tussen de 5 en 18 ° C. Complete onderkoeling begint als de centrale lichaamstemperatuur onder de 35° Celsius komt.

De mate van onderkoeling is afhankelijk van een aantal factoren:

- temperatuur van het water;
- stroomsnelheid van het water;
- bouw en conditie van het lichaam;
- geslacht;
- hoeveelheid vet en de leeftijd;
- kleding

De kerntemperatuur van het lichaam zal in koud water 1 °C per vijf minuten afnemen.

Watertemperatuur IJsselmeer per maand:

						
	maximum temperatuur	minimum temperatuur	uren zonneschijn per dag	dagen neerslag per maand	hoeveelheid neerslag per maand	water temperatuur
januari	5°C	0°C	2	19	☾☾☾	3°C
februari	5°C	0°C	3	12	☾☾	2°C
maart	8°C	2°C	4	15	☾☾	3°C
april	12°C	4°C	5	13	☾☾	6°C
mei	16°C	8°C	7	14	☾☾	11°C
juni	19°C	10°C	7	13	☾☾☾	15°C
juli	21°C	12°C	6	14	☾☾☾	19°C
augustus	21°C	12°C	6	14	☾☾☾	20°C
september	18°C	10°C	4	16	☾☾☾	18°C
oktober	14°C	7°C	3	17	☾☾☾	14°C
november	9°C	3°C	2	18	☾☾☾	10°C
december	6°C	1°C	1	19	☾☾☾	5°C

Watertemperatuur IJsselmeer per maand