

ROEIVERENIGING BREDA



Cursus info: Instructietocht Toerroeien

Veel roeiers trekken er vaak op uit voor een grote of kleine toertocht in eigen land of in het buitenland. Het aantrekkelijke hiervan is dat je roeit in een andere omgeving en je bent de hele dag sportief met elkaar bezig in de buitenlucht. Vaak roei je door een prachtig landschap of je roeit een vreemde stad in en geniet van de architectuur. Koffiedrinken en lunchen doen we soms bij een plaatselijke roeivereniging, soms in een restaurant aan de waterkant of soms wordt het een picknick. Of je nu een dag of langer gaat, een roeitocht voelt steeds als een complete vakantie.

Wil je ervaren hoe het is om met een toertocht mee te gaan? Wil je leren hoe je roeit op groot open water en hoe je een roeiboot in een sluis schut? Ga dan mee met onze *Instructietocht Toerroeien*, want toerroeien leer je voor een belangrijk deel in de praktijk.

Voor wie is dit bestemd?

Dit is voor roeiers die de Crew Class al hebben gedaan. Maar omdat je in de Crew Class alleen op het beschermde water van de Mark hebt geroeid zonder al te veel golven, stroming en zonder veel drukke scheepvaart en zonder ondiepten of stroomversnellingen en ook zonder eb of vloed, organiseert de Toercommissie een aantal malen per jaar deze instructietocht, zodat je jezelf ook in een andere omgeving kunt redden.



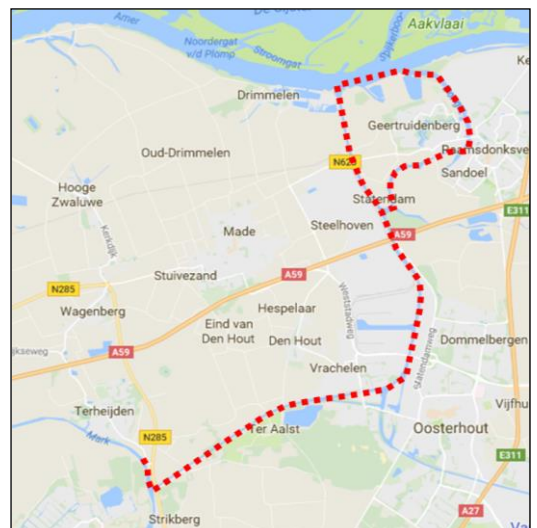
Het programma

De tocht vertrekt vanuit Roeivereniging Breda met wherry's en C4 boten, gaat via het Markkanaal langs Oosterhout naar Geertruidenberg, via de Amer en daarna terug via het riviertje de Donge naar het Wilhelminakanaal. In de haven van Geertruidenberg zal worden aangelegd voor een lunchpauze. Op deze tocht passeer je tweemaal een sluis en leer je hoe het schutten van een roeiboot gaat, je leert roeien op een kanaal waar vrachtboten met hoge snelheid mogen varen en je krijgt te maken met groot open water op de Amer met soms flinke stroming en flinke golven en vaak druk scheep-

vaartverkeer. Je passeert verschillende bruggen, sommige daarvan gebruiken lichtseinen die je zeker ook moet leren en sommige bruggen zijn erg smal, je leert hoe je die ook kan passeren. Je gaat oefenen hoe je met een wherry zonder een vlot kan aanleggen aan een hoge wal en ook sturen en navigeren op voor jou onbekend roeiwater ga je leren.

Deze tocht gaat over een traject van in totaal 30 km en we gaan ervan uit dat je hiervan ongeveer 1/3 deel gaat sturen en 2/3 gaat roeien. Na afloop heb je dus 20 km geroeid. Als je denkt dat dat nog wat veel voor je is, dan adviseren we je om wat extra te trainen alvorens je hieraan begint, want de meeste roeitochten gaan over dit soort afstanden, of soms meer. Na afloop van deze tocht heb je de basics van het toerroeien ervaren en zul je met de meeste andere toertochten goed mee kunnen roeien. Mooie en gezellige tochten waar je dan aan kunt deelnemen zijn onder andere:

- Rondje door de singels van Breda, 16 km met Captains Dinner
- Lamgattocht, 28 km over de Mark naar Zevenbergen
- Utrechtse grachtentocht, 30 km van Utrecht naar Bunnik
- Haventocht Rotterdam, roeien tussen heel grote zeeschepen
- Plassentocht Vinkeveen, 33 km natuurschoon met twee sluisen
- Amsterdam Light Festival, 14 km in het donker door artistiek verlichte grachten, onder leiding van een lokale gids/stuurman.



Een compleet overzicht van alle tochten met informatie over onder andere data, afstanden, moeilijkheid en over hoe je je kan opgeven, vind je op onze website in de *Toerkalender*.

Wil je een keer in het buitenland roeien, dan zijn er grote (drukke) onvergetelijke roei-evenementen waar je als ploeg aan kunt deelnemen. De bekendste internationale tochten zijn:

- Doortocht van Gent, 19 km roeien door het prachtige oude centrum van de stad, met Vlaamse gastronomie.
- Traversée de Paris, 34 km over de Seine, langs Eiffeltoren en Notre Dame, samen met 200 andere roeiboten.
- Vogalonga in Italië, 40 km rond de eilanden bij Venetië, je start op het water voor het San Marcoplein, vaart door het beroemde Canal Grande, je passeert de fraaie Rialtobrug maar je roeit ook stukken over de lagune van de Middellandse Zee, samen met 1700 andere roeiboten, Venetiaanse gondels, sloepen, en drakenboten.

Deze bijzondere tochten verlangen een gedegen voorbereiding, de toercommissie kan je daarbij helpen.



Spelregels voor onze toertochten

- Tochten gaan altijd door, tenzij de toercommissie anders beslist
- Ben je verhinderd, regel dan zelf een invaller
- Bij late afmelding vergoed je wel de kosten
- De kosten van je deelname betaal je gepast aan de toercommissie, bij aankomst op de vereniging
- Iedereen helpt bij het op- en afladen van de boten
- De toercommissie maakt de bootindeling
- Bij sommige tochten draag je een reddingvest, de toercommissie geeft dit aan
- De toercommissie bepaalt of iemand kan deelnemen aan een tocht; dit is voor ieders veiligheid
- Als het kan, dan roei je in het RV Breda clubtenuue
- Je mag ook zelf een tocht organiseren, de toercommissie is daarbij dan niet leidend maar kan je wel adviseren.

Theoretische voorbereiding

Bij het toerroeien zijn er ook theoretische zaken die je moet leren, deze vind je in het Roeiboek, hoofdstuk 7 gaat helemaal over het toerroeien. Hierin vind je onder andere hoe je je voorbereid op een toertocht, welke materialen je in de boot meeneemt, de verkeersregels op het water en nog veel meer. Het is aan te raden om voor je eerste toertocht dit hoofdstuk goed te bestuderen.

Wat neem je zelf mee ?

Dat is natuurlijk afhankelijk van de weersomstandigheden en van je eigen voorkeur, maar denk aan:

- Telefoon, waterdicht verpakt en de telefoonnummers van de organisatie
- Als je stuurt kan een paraplu handig zijn, deze geeft ook wat schaduw bij zonnig weer
- Warme kleding waarin je je goed kan bewegen
- Setje droge reserve roeikleren en een handdoek
- Regenkleding waarin je je goed kunt bewegen
- Roeikussentje en roeihandschoenen
- Voldoende eten en drinken (in een bidon) en ook wat zoetigs voor extra energie
- Zonnebril aan een touwtje, zonnebrandmiddel, en een zonnehoed of -pet. Op het water is geen schaduw!
- Reddingvest, indien noodzakelijk. RV Breda heeft hiervoor reddingvesten beschikbaar.
- Legitimatiebewijs en geld
- Setje droge gewone kleding en schoenen voor na het roeien, dit kan je het beste bewaren in een tas in de kledkamer bij de roeivereniging waar je te gast bent.



Zo neem je je spullen mee in de boot

Verpak je persoonlijke bagage in een stevige waterdichte tas of zak met een oprolsluiting, zie een voorbeeld op de foto hierboven. Een tas met 20 liter inhoud is voldoende voor een eendaagse toertocht en deze is doorgaans niet te groot voor in de boot. Neem een touwtje mee om je tas te bevestigen aan de boot, zo drijft je tas niet weg als deze onbedoeld in het water valt.

Aan de slag

Heb je na het lezen van dit verhaal de smaak helemaal te pakken, kijk dan eens op onze Toerkalender, check zeker ook de publicaties op het prikbord in onze sociëteit en schrijf je meteen in voor de eerstvolgende *Instructietocht Toerroeien*. En begin alvast om in het Roeiboek de theorie te leren die bij het toerroeien hoort. Vragen over het toerroeien? Stuur dan een mailtje aan: toer@rvbreda.nl