

Eisen stuurexamen 2 (Glad sturen)

Vanaf april 2008 kent ERV Beatrix twee gladde stuurexamens: een stuurexamen voor gladde vieren en een stuurexamen voor achten. Kandidaten dienen minimaal 3 trainingen in een gladde boot te sturen waarbij de kandidaten met twee verschillende coaches te maken hebben gehad. Een kandidaat is dus niet verplicht om bij verschillende ploegen te sturen. Tijdens de laatste training fietst een examiner mee.

Voorop staat dat een stuur pas mag sturen als hij het stuurexamen 1 heeft gehaald (kan ook via verleende vrijstelling door examencommissie op basis van stuurervaring).

Voor het gladde stuurexamen worden kandidaten beoordeeld op:

- Correct in- en uitbrengen van de gladde boot
- Het overzicht en als gevolg daarvan de discipline die de stuurman afdwingt (o.a. via goed aangeven commando's en duidelijk stemgebruik)
- Het normale wegvaren en weer aanleggen tegen de wind in.
- Overbrengen oefeningen van de coach c.q. aanwijzingen van de stuur op de ploeg
- Subtiel (bij)sturen van de boot waarbij de ploeg niet voelt dat er gestuurd wordt. Bij gladde boten dient met korte subtiele bewegingen te worden gestuurd. Dit vergt oefening van een stuur.
- Ploeg en boot gereedmaken voor een vliegende en staande start. Bij staande start boot rechtleggen voor de start en staande start laten uitvoeren; bij vliegende start vanuit light haal ploeg laten starten
- Veilig kunnen inhalen van andere ploegen
- Vinden van de meest ideale vaarroute voor de ploeg

Deze beoordelingscriteria zijn opgenomen in de beoordelingslijst die is te vinden op de website van Beatrix: (<http://www.ervbeatrix.nl/cms/images/stories/documenten/Verenigingsreglement/examenreglement/Beoordelingslijst%20stuurexamen%202.pdf>)

De beoordelingslijst vormt een hulpmiddel voor kandidaten die op willen gaan voor het gladde stuurexamen. Een kandidaat die op wil gaan voor het stuurexamen in gladde vieren stuurt minimaal 3 trainingen in een gladde vier; voor een kandidaat voor het stuurexamen in achten geldt dat hij gaat sturen in een acht. Een kandidaat hoeft niet eerst het stuurexamen in gladde vieren te doen voordat hij op mag gaan voor het stuurexamen in achten; haalt hij het stuurexamen voor achten dan is hij ook bevoegd om in gladde vieren te sturen.

De instructie van de stuur moet een taak zijn van de coach. Hij zal de roeiers en de stuur aanwijzingen moeten geven om beter te gaan roeien c.q. te sturen. Aanvullend kan de stuur de informatieavond over sturen op de Amstel volgen en bij ervaren sturen te rade gaan om informatie.

De stuur dient zelf zorg te dragen voor het vinden van geschikte ploegen om de trainingen bij uit te voeren.

Voor meer informatie, vragen of opmerkingen over de examens binnen ERV Beatrix kun je altijd een lid van de examencommissie (leden: zie "vrijwilligers" onder vereniging → commissies op www.ervbeatrix.nl) benaderen.

De examencommissie,

Alie Kamphuis (voorzitter)