

Zoals u gemerkt zult hebben staat de laatste tijd bij de roeisport het aspect veiligheid steeds meer in de belangstelling. Hierbij aansluitend wil ik het aspect veiligheid en beginnelingen-instructie in de skiff eens onder de aandacht brengen. Hierbij ga ik uit van hetgeen ik bij De Hunze in Groningen heb waargenomen. De situatie bij veel verenigingen verschilt hiervan meestal niet veel en ik denk daarom, dat mijn opmerkingen voor veel instructeurs in Nederland van belang kunnen zijn.

Omslaan

De beginnelingen-instructie gebeurt bij veel verenigingen ook voor ouderen in de skiff en wordt afgesloten met een skiff-1 examen. Wanneer een roeier bij De Hunze daarna zonder begeleiding wil skiffen, is het verplicht dat ook het eerste stuur-examen is behaald. Dit is een zinvolle maatregel, omdat het betekent dat de roeier wat meer inzicht in het manoevreren heeft.

Veel belangrijker is echter dat de roeier weet hoe hij/zij zich gedragen moet, wanneer hij/zij onverhoopt in het water zou vallen. De jeugd krijgt in de regel van hun coaches slechts toestemming om op te gaan voor hun skiff-1 examen, als het omslaan en weer in de boot klimmen wordt beheerst. Mijn voorstel zou zijn dit ook tot regel te verheffen voor de volwassenen.

Ook zou ik aandacht willen vragen bij de (opleiding van) instructeurs om na te gaan of de passende aanwijzingen als iemand in het water is gevallen, bekend zijn. Meestal is het paniek op het vlot, als iemand in het water ligt. Bij de jeugd instructie is het een 'verplichte' act bij de tweede les. Zelf voordoen als instructeur is altijd het leukste!

Wat te doen

- kies een warme zomerdag uit en oefen onder begeleiding bij het vlot.
- probeer een keer in een zwembad een bassin te reserveren om een skiff mee te nemen en ga daar naar hartelust oefenen
- zelf beschik ik over enige video-opnamen om e.e.a. te laten zien, voordat wij het in praktijk gaan brengen.

Aandacht voor veiligheid tijdens de les

Een goede instructeur zal behalve aandacht voor de technische aspecten van het roeien (het doel van de instructie) altijd eerst op de veel belangrijkere veiligheidsaspecten letten.

Meestal is vooraf te zien, wanneer iemand zodanige fouten maakt, dat hij/zij in het water gaat vallen. Een goede instructeur kan dan vooraf ingrijpen.

Andere aspecten waar bij de (opleiding van) instructeurs aandacht voor moet zijn, is de omgeving: bijvoorbeeld harde wind en stroming. Neem maatregelen en grijp in voordat de pupillen veel te ver weg drijven en vervolgens van de zenuwen omslaan. Kijk om je heen en bezin voor je begint!

Temperatuur

Tot slot een punt voor de organisatie van de beginnelingen-instructie. Realiseert u zich dat eind maart het water nog dezelfde temperatuur heeft als in januari of februari? Ter informatie: einde maart 2004 was de watertemperatuur in Groningen 5° Celcius (C). Dit is normaal voor die tijd van het jaar. Tijdens de Gyas-Hunze-race op 14 februari 2004 heb ik 4,5°C gemeten. Gedurende de gehele zomer komt de temperatuur nauwelijks onder de 15°C. Meestal is het toch wel zo'n 17 tot 18°C en bij warm weer loopt het op tot 23°C. Tot eind september komt het nog niet onder de 15°C. Na de zomer vindt de afkoeling vooral plaats in de maand oktober. Dan daalt de temperatuur in één maand met 9 tot 10°C!. Gedurende de winter komt de temperatuur nauwelijks boven 4 of 5°C. Verwarming begint eind maart of begin april. Bij redelijk weer is begin mei wel de 15°C bereikt.

Omslaan bij lage watertemperaturen is levensgevaarlijk. Door de snelle afkoeling kan de roeier al gauw bewusteloos raken en verdrinken. Voor de beginnelingen-instructie in de skiff, waarbij de kans op omslaan duidelijk aanwezig is, heeft het bovenstaande naar mijn stellige overtuiging duidelijke consequenties: het behoort verboden te zijn skiffinstructie te geven wanneer het water kouder is dan 12°C. Ik meen dat er in Nederland verenigingen zijn waar de grens zelfs is vastgesteld op 15°C. Omdat het weer in maart soms al tamelijk mooi kan zijn, wil men vaak dan al met de skiff-instructie beginnen. Ik acht dit volstrekt onverantwoordelijk omdat men de watertemperatuur als maatstaf moet nemen. Ook skiffwedstrijden voor jeugdroeiers, die nog niet zeer ervaren zijn en die daarom in de winter niet in de skiff mogen roeien, mogen niet voor het einde van april georganiseerd worden. In de regiocompetitie van de Noord-Oostelijke Roeibond werd bijvoorbeeld in maart 2004 een wedstrijd voor de jeugd in de skiff georganiseerd. De hiervoor verantwoordelijken waren helaas niet te overtuigen, dat zij eigenlijk onverantwoordelijk bezig waren. Ik vermoed zelfs, dat bij een ernstig ongeval het bestuur ook juridisch ter verantwoording geroepen kan worden. Ik weet, dat dit in Duitsland zeker het geval is.

Conclusie: beginnelingen-instructie dient alleen van mei tot en met september gehouden te worden!