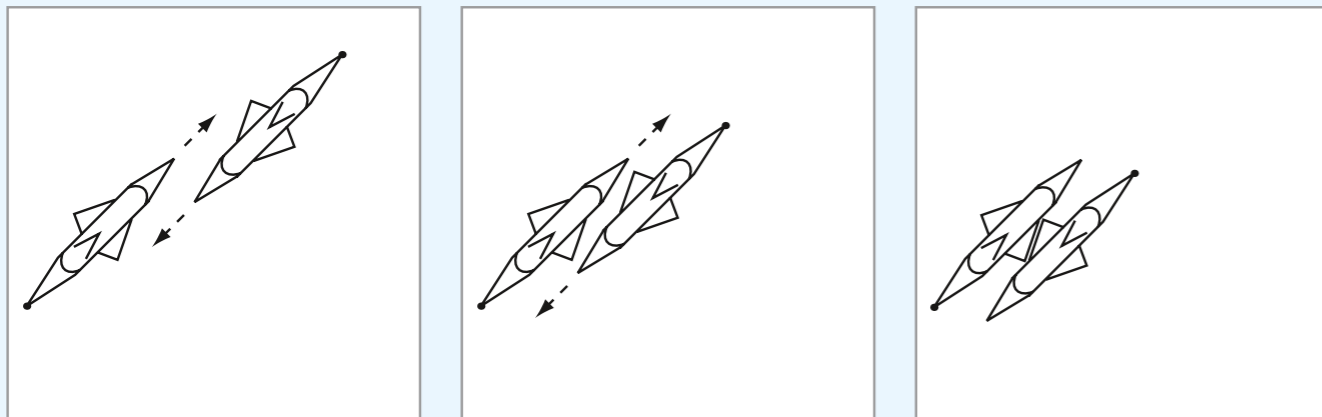


Illustraties uit het Tweede Stappenplan van BWV De Eem.



Een eiland van skiffs helpt de omgeslagen roeier in de boot te klimmen.

# EILANDGASTEN

Een roeiles bij RV De Zanglijsters

Trijntje is met haar skiff omgeslagen en kon er niet meer in komen. Toen ze er instructie voor kreeg lukte dat ook al niet. Dat deed pijn, maar het is een troost dat ze een van de velen is die niet in de boot kunnen klimmen. Daar ligt een veiligheidsprobleem waar instructeur Wende raad op weet.

Wende weet een truc waarmee haar leerlingen elkaar kunnen helpen bij het in de boot klimmen. Maar eerst moeten ze goed leren manoeuvreren. Met Mathilde, Trijntje, Anouk en Ilse gaat ze erop uit met de skiff. Ze nemen niet het allernieuwste materiaal want bij de oefeningen kunnen de skiffs elkaar raken. Ze kiezen een stuk water dat ruim is en waar geen grote scheepvaart te verwachten valt en er moet weinig of geen wind zijn. Wende zal in haar skiff veel voordoen.

**1** Eerst gaan ze het strijken oefenen. Als de bladen na een strijkbeweging weer terugslifferen naar de strijkpositie, moeten ze contact met het water houden, de bolle kant naar boven, en de achterkant van het blad moet iets lager zijn dan de voorkant.

**2** Daarna moeten ze met één blad strijken en ontdekken in welke richting de boot gaat. Als ze dat ook met

het andere blad hebben geoefend, geeft Wende de volgende opdracht.

**3** Mathilde en Trijntje moeten met de skiffs tegenover elkaar gaan liggen, Anouk en Ilse ook, en wel zodanig dat de achterpuntjes naar elkaar wijzen en zij elkaar in het gezicht zien, face to face dus. Dan moeten ze, voorzichtig en langzaam, naar elkaar toe strijken. Goed sturen! Als de achterpuntjes elkaar tot een paar deci-

meter genaderd zijn, moeten ze tegelijk met één harde haal zo ver mogelijk bij elkaar wegvaren en uit laten drijven. De oefening moeten ze een paar keer herhalen. Wende geeft hierna een nog spannender opdracht.

**4** Ze moeten weer twee aan twee naar elkaar toe strijken, maar de puntjes moeten nu rakelings elkaar voorbij gaan (illustratie 1). De puntjes schuiven langzaam onder de rigger van de ander, waarbij de roeiers de boot goed in balans moeten houden, want anders raakt de onderkant van de dolpen het taf of het dek van de andere boot (illustratie 2). Belangrijk: de riemen moeten boven de boot van de ander blijven en mogen niet onder die boot geraken. Ze manoeuvreren behoedzaam tot de twee schuine riggers als puzzelstukjes tegen elkaar passen en elkaar raken (illustratie 3). Vervolgens moet een van de twee de tegen elkaar liggende riggers in één hand beetpakken, stevig! De hendels

rusten tegen de buik. Nu kan de ander van alles doen met de handen los van de riemen. De beide boten vormen namelijk een catamaran van twee rompen. De ander kan gaan liggen, een high five geven of een nette hand en zelfs gaan staan in de boot.

**Ze manoeuvreren behoedzaam tot de twee schuine riggers als puzzelstukjes tegen elkaar passen.**

**5** Maar ze kunnen ook een eiland maken. Daartoe moeten ze om en om tegen elkaar gaan liggen, vier naast elkaar, waar Wende zich aan toevoegt. Een eiland van vijf boten is gevormd met Trijntje en Wende aan de buitenkanten. Die twee kunnen nu,

behoedzaam, gaan boordroeien en het eiland laten bewegen!

**6** Dan zegt Wende, dat Trijntje overboord moet springen en er weer in moet klimmen. "Dat kan ik niet." "Nu wel, je kunt het!" Alzo geschiedt. En ieder ziet dat zij, dankzij Mathilde die hun boten goed bij de schuine riggers vasthoudt, weer in haar boot klimt. Trijntje heeft het voordeel dat ze haar beide handen kan gebruiken om erin te komen. Ze hoeft immers niet met één hand haar riemen beet te houden. Stralend zit ze in de boot en er begint een gepraat over en weer.

Dan, op het eiland nog, evalueert Wende met het viertal de les. Wat hebben jullie geleerd, vraagt ze. Strijken. Manoeuvreren. En een catamaran van twee boten maken om iemand in de boot te laten klimmen. Voorzichtig maken ze zich van elkaar los en varen terug naar de vereniging. ■!