



OVERSIGT OVER ANVENDTE KOMMANDOER I BÅDEN

Kommando:	Hvad gør man?	Hvorfor gør man det:
1 og 2 klar til at gå ombord - efterfulgt af samme for 3 og 4	Den ene fod sættes ned på bundbrættet, mens vægte holdes på anden fod.	Roerne skal i båden samtidig for at balancen i båden kan holdes.
1 og 2 ombord – samme for 3 og 4.	En hånd på hver side af båden (essingen) og den anden fod sættes ved siden af den første.	For at fastholde balancen i båden og at man kommer samtidig i båden
1 og 2 klar til at gå fra borde – efterfulgt af samme for 3 og 4	Fødderne sættes først på bundbrættet, man tager fat i siden af båden, rejser sig og sætter den ene fod på pontonen.	Roerne skal op af båden samtidig, og balancen skal holdes.
1 og 2 fra borde Samme for 3 og 4	Den anden fod sættes op på pontonen	For at fastholde balancen i båden indtil alle er fra borde.
Balance	Roerne sidder i vel roet stilling og holder åren på essingen (kanten af båden) og med klemringen helt ude mod svirvel. Styrmanden flytter sig til der er ligevægt og balance i båden.	Dette for at skabe balance i båden, således at alle har lige mulighed for at gennemføre rotaget.
Til roning klar/ Klar til roning	Man kører helt frem på sædet, så skinneben er næsten lodret (knæene skal ikke være foran hælene). Armene er strakte og overkroppen er bøjet let forover, en position ca. 5 min. Over 12. Årebladet er lodret.	Man er klar til at ro og tage det første åretag.
Ro væk	Åren sættes lodret i vandet og man påbegynder roningen	Båden sættes i gang
Vel roet / det er vel	Man stopper rotaget og indtager velroet stilling. Strakte arme og ben og lodret overkrop.	Roningen ophører
Småt roning	Åren føres let gennem vandet uden kraft.	Man tager farten af båden eller man ønsker at dreje båden
Lige træk / Fuldt træk	Alle rør med almindelig kraft	Man har afsluttet en manøvre og ønsker båden i normal fart igen.
Åren på vandet	Roeren går i vel roet stilling og lægger åren på vandoverfladen	Bådens fart reduceres langsomt
Sæt i	Roeren går i vel roet stilling. Årebladet drejes lidt med den hule side mod agter og trykkes ned i vandet	Båden bremses
Sæt hårdt i	Roeren går i vel roet stilling. Årebladet drejes lodret med den hule side mod stævnen og trykkes lodret ned i vandet. Husk de strakte arme da det ellers kan være vanskeligt at holde åren.	Båden standses helt.
Kvart åre Kan eventuelt forvarsles med klar til at kvarte åre.	Udvendig hånd krydses over indvendig hånd og fatter ca. 2 håndsbredder fra klemringen. Indvendig hånd slipper åren og den trækkes ind i båden under fremkørslen og indvendig hånd tager fat på ydersiden af lommen.	Båden kan komme gennem en smal passage (kanal, bro eller lignede)
Åren ud	Under fremkørslen flyttes åren ud ved at gentage ovennævnte i omvendt rækkefølge.	Der er igen plads til båden.
Åren langs	Åren slippes med udvendig hånd og åren føres hen over kroppen så årebladet kommer bagover ind langs siden af båden	Båden kan komme gennem en meget smal passage. Kan også bruges ved havne manøvre.
Åren tværs	Roeren går i vel roet stilling og trækker åren ind så klemringen er ved modsat essing	Kan bruges ved snævre passager hvor båden fart er tilstrækkelig til at komme forbi forhindringen
Se til åren	Den enkelte roer ser til bladet på egen åre og trækker den ind når der er forhindringer	Bruges ved roning i smalt farvand med varierende bredde og ved tillægning
Til skodning klar	Roeren kører tilbage på sædet og sidder med strakte ben og åren er oppe ved brystet. Årebladets hulhed vender mod stævnen af båden	Roerne er klar til at "bakke" båden.



Skod væk	Åren sættes lodret i vandet og åren skubbes fremad til armen er strakte og derefter trækker benene sædet frem så man ender i "klar til roning" position	Båden er i bakgear.
Styrbord/Bagbord (kommando)	Ved at bruge styrbord eller bagbord og derefter kommando, vil man kun have den ene side af båden til at ændre opgave.	Bruges når man ønsker at styre båden ved hjælp af årene, eller hvis der ikke er plads til årene i den ene side.
Styrbord/Bagbord fald ind	Den nævnte siden ændrer opgave og falder ind i takten med modsatte side.	Den ønskede manøvre ophører og båden skal forsætte normal roning/skodning
Styrbord/Bagbord til skodning klar – Bagbord/styrbord skal ro – Skod væk	Roerne der skal skodde sætter sig til skodning klar , modsat sætter sig i vel roet . Når roerne der skodder er halvt gennem taget følger modsat side med således at takten indvendig i båren er ens.	Bruges til at vende båden
Rejs åre	Fra Vel Roet løsnes svirvel og åren trækkes tværs og rejses lodret og placeres med håndtag op af midterlangremmen med den hule side af årebladet mod agter	Bruges ved hilsen (eksempelvis Kongeskibet) og kan bruges ved tillægning ved høje bolværk
Lad falde	Åren sænkes til vandret og placeres igen i svirvlen og roeren går i vel roet stilling	

Klaus Scheffel/Rochef