

# **K.A.R. & Z.V. 'De Hoop'**



**Ploegcaptaingids**  
2015

## Inhoudsopgave

<b>1. COMMUNICATIE</b> .....	3
1.1 Contact met de commissaris Wedstrijdroeien .....	3
1.2 Opzetten van een (wedstrijd)ploeg.....	3
1.3 Op zoek naar een (wedstrijd)ploeg of naar roeiers voor je ploeg? .....	3
<b>2. WEDSTRIJDROEIEN</b> .....	3
2.1 Roeien van wedstrijden.....	3
2.2 Inschrijven voor wedstrijden en terugtrekken .....	3
2.3 Deelname aan wedstrijden .....	4
2.4 Deelname aan wedstrijden met een combinatieploeg .....	4
2.5 Wedstrijdroeien in het buitenland .....	4
2.6 Wedstrijdcontract .....	5
<b>3. MATERIEEL</b> .....	5
3.1 Botentoewijzing .....	5
3.2 Zorg voor het materieel .....	5
3.3 Botentransport.....	5
3.4 Afschrijven boten.....	6
<b>4. INTERN</b> .....	6
4.1 Coaching .....	6
4.2 'Eigen' roei-evenementen .....	6
<b>5. OVERIG</b> .....	6
5.1 Krachthonk .....	6
5.2 Indoor .....	7

Dit document is een specifiek onderdeel van de algemene huisregels van 'De Hoop'.

# 1. COMMUNICATIE

## 1.1 Contact met de commissaris Wedstrijdroeien

De commissaris Wedstrijdroeien is Reinder Lubbers (Alberga-8)  
– Communicatie verloopt via [wedstrijd@karzvdehoop.nl](mailto:wedstrijd@karzvdehoop.nl).

De commissaris Wedstrijdroeien wordt ondersteund door de ploegencommissie, bestaande uit Jolien Gooiker (Mackor-8), Arthur van Lier (Top-8) en Cees Harm van den Berg (Rijk-8).  
Taken van deze commissie zijn o.a. de organisatie van de gezamenlijke trainingen en de Clubkampioenschappen.  
Communicatie verloopt via [ploegen@karzvdehoop.nl](mailto:ploegen@karzvdehoop.nl)

De commissarissen Materieel en Wedstrijdroeien zijn (echter) verantwoordelijk voor de botenindeling.  
– Communicatie verloopt via [materieel@karzvdehoop.nl](mailto:materieel@karzvdehoop.nl) en [wedstrijd@karzvdehoop.nl](mailto:wedstrijd@karzvdehoop.nl).

## 1.2 Opzetten van een (wedstrijd)ploeg

Iedereen kan een ploeg beginnen. Door het aanwijzen van een ploegcaptain en het melden van de ploeg, ploegnaam en ploegcaptain aan de commissaris Wedstrijdroeien is de ploeg een feit. Bij een wissel van ploegcaptain dient de commissaris Wedstrijdroeien geïnformeerd te worden, zodat de nieuwe captain ook in de ploegcaptainsmailinglijst opgenomen kan worden. Stuur daarvoor een bericht aan [ploegen@karzvdehoop.nl](mailto:ploegen@karzvdehoop.nl).

## 1.3 Op zoek naar een (wedstrijd)ploeg of naar roeiers voor je ploeg?

Stuur in beide gevallen een mailtje naar [match@karzvdehoop.nl](mailto:match@karzvdehoop.nl). Achter dit mailadres zitten i.i.g. de nieuwe leden-commissie, de hoofdcoach Veteranen evenals de commissaris Wedstrijdroeien. Zij zullen zich inzetten om voor beide partijen een goede match te vinden.

# 2. WEDSTRIJDROEIEN

## 2.1 Roeien van wedstrijden

Elke ploeg of combinatie van ploegen kan deelnemen aan wedstrijden in Nederland en het buitenland. De ploeg dient zelf voor haar inschrijving (via het inschrijfformulier) te zorgen (zie 2.2) alsook het op- en afladen rondom het botentransport (zie 3.3) te regelen.

## 2.2 Inschrijven voor wedstrijden en terugtrekken

De interne inschrijving dient minimaal twee weken voor de wedstrijd plaats te vinden. Dit i.v.m. het tijdig kunnen organiseren van het botentransport en de botentoe wijzing. Na dat moment behoudt de commissaris Wedstrijdroeien, in samenspraak met de commissaris Materieel, zich het recht om de inschrijving niet te accepteren. Een maand voor de wedstrijd kunnen ploegen bij commissaris Materieel een boot aanvragen waarin zij de wedstrijd willen roeien.

Inschrijven voor wedstrijden geschiedt door het inschrijvingsformulier in te vullen en per email aan commissaris Wedstrijdroeien te sturen via het centrale emailadres [inschrijven@karzvdehoop.nl](mailto:inschrijven@karzvdehoop.nl). Het inschrijvingsformulier is te verkrijgen door in te loggen op de Hoop-website, waarna je het formulier vindt onder het kopje "bibliotheek". Wijzigingen in en terugtrekkingen van inschrijvingen gaan ook via dit mailadres.

De kosten van de inschrijving en botentransport zijn voor rekening van de ploeg. Door alle informatie in het inschrijfformulier in te vullen, worden deze kosten voor je uitgerekend. Met het versturen van het inschrijvingsformulier naar [inschrijven@karzvdehoop.nl](mailto:inschrijven@karzvdehoop.nl) dien je de som van het inschrijvingsgeld en botentransport (zie 3.3) over te maken op NL06 INGB 0000 4595 95 t.n.v. K.A.R. & Z.V. De Hoop o.v.v. wedstrijd en naam slag/ploeg.

Bij terugtrekken ná de sluitingsdatum van de inschrijving van de wedstrijdorganisatie (dus niet de interne sluiting van De Hoop) ben je het inschrijfgeld verschuldigd (wordt niet geretourneerd). Voor het terugtrekken na loting of het niet verschijnen aan de start anders dan wegens een acuut ziektegeval, zo nodig bevestigd door een medische verklaring ten genoegen van de wedstrijdleader, is behalve het inschrijfgeld een boete per ploeg verschuldigd aan de wedstrijdgevende organisatie. Deze boete is een bedrag ter hoogte van het inschrijfgeld, met een minimum van €15 (bron: KNRB Reglement voor Roeiwedstrijden, artikel 36).

Alle wedstrijd informatie vind je in het januarinumnummer van het blad 'Roeien'. Je vindt dit op de leestafel op De Hoop. De digitale kalender vind je hier: <http://www.knrb.nl/content.php/nl/617>.

Ploegen dienen voltallig ingeschreven te worden (NN wordt door de KNRB niet meer toegestaan). Alleen personen die geregistreerd staan als lid van een KNRB-vereniging én een wedstrijdcontract hebben getekend (zie 2.6), kunnen worden ingeschreven. Het blijft wel mogelijk om de samenstelling van een eenmaal ingeschreven ploeg na sluiting van de inschrijving te wijzigen: de stuur en maximaal de helft van het aantal roeiers mogen tot kort voor aanvang van de eerste race van de betreffende ploeg worden vervangen.

Bij evenementen met veel deelnemers van "De Hoop" (vb. Heineken Roeivierkamp, Head of the River, Skiffhead, Novembervieren) dien je je ver van te voren intern aan te melden (ruim voor de interne deadline van twee weken). Dit is nodig i.v.m. het maken van een passende botenindeling en om goed te kunnen voorbereiden in toegewezen boot. Overigens zorgt de commissaris Wedstrijdroeien er voor dat je er tijdig op gewezen wordt.

De daadwerkelijke inschrijving vindt plaats daags voor óf op de dag van de sluiting van inschrijving.

Bijzondere situaties:

- Bij de **Head of the River** wordt de startvolgorde bepaald door de uitslag van het jaar ervoor. Dit geldt alleen voor verenigingsploegen. Combinatieploegen en 'nieuwe' verenigingsploegen i.v.m. het jaar ervoor, worden geloot en achter de indeling gestart. De toebedeling van de startposities van het lopende jaar gebeurt op basis van de resultaten van het jaar ervoor. Een startpositie is dus een verworven recht.
- Bovenstaande geldt ook voor de **Skiffhead**, alleen zorgt daar de organisatie voor de plaatsing op basis van de namen van de deelnemers.

### **2.3 Deelname aan wedstrijden**

Wedstrijden start je in verenigingstenue. Dit is als volgt samengesteld: Broek: zwart. Shirt: wit met rechts een verticale rood-zwarte band en embleem op linker borst.

Je bent op de hoogte van de regels en gebruiken die op wedstrijden gelden. Je vindt het wedstrijdreglement van de KNRB op <http://www.knrb.nl/content.php/nl/319>, bovenste link "Reglement voor Roeiwedstrijden".

### **2.4 Deelname aan wedstrijden met een combinatieploeg**

Hoopleden kunnen in combinatieploegen starten. Indien 'De Hoop' voor de inschrijving zorgt, dient ingeschreven te worden als boven beschreven (zie 2.2) incl. de toevoeging van de verenigingsnamen van de overige ploegleden. Kosten voor inschrijving en botentransport, indien een boot van De Hoop wordt gebruikt, worden door de ploeg zelf betaald. Volledige Hoopploegen krijgen voorrang op combinatieploegen bij de toewijzing van boten.

### **2.5 Wedstrijdroeien in het buitenland**

Indien een ploeg naar het buitenland wil om aan een wedstrijd deel te nemen, zal deze ploeg dat zelf organiseren. Inschrijven vindt plaats als boven beschreven (zie 2.2). Ook voor buitenlandse wedstrijden is een getekend wedstrijdcontract nodig.

Botentransport: indien men met een boot van De Hoop wil deelnemen, dient men onderstaande in acht te nemen. Aan transport naar het buitenland zijn hogere kosten aan verbonden, afhankelijk van het aantal boten in het transport en het aantal kilometers. Het is overigens aan te bevelen om met de

organisatie ter plaatse contact op te nemen om eventueel lokaal een boot te lenen. Zie voor transport en verzekering 'Botentransport'.

## **2.6 Wedstrijdcontract**

Per 1 januari 2013 moeten roeiers in alle categorieën een wedstrijdcontract hebben getekend, indien zij willen starten op een wedstrijd. Dit geldt voor het roeien van nationale alsook internationale wedstrijden.

Dit betekent dat er vanaf dit jaar ook door veteranen en clubroeiers een schone sportverklaring getekend moet worden als zij op een wedstrijd in deze velden uit willen komen, zie ook <http://www.knrb.nl/content.php/nl/966>.

Het wedstrijdcontract kan tegenwoordig digitaal worden getekend en wordt elk jaar stilzwijgend verlengd. Een mail met instructies hiertoe verkrijgt je automatisch. Zodra dit niet gebeurt dan dien je dit spoedig te melden via [info@karzvddehoop.nl](mailto:info@karzvddehoop.nl).

Als je nieuwe leden in je ploeg krijgt, dan is het handig om ruim voor hun eerste deelname aan een wedstrijd te controleren of zij een wedstrijdcontract getekend hebben, omdat ze anders niet kunnen starten.

## **3. MATERIEEL**

### **3.1 Botentoewijzing**

Ploegen die wedstrijden roeien, kunnen aanspraak maken op boten van onze vereniging. Een maand voor de wedstrijd kunnen ploegen bij [inschrijven@karzvddehoop.nl](mailto:inschrijven@karzvddehoop.nl) en boot aanvragen om daarin de wedstrijd te roeien.

Voor de achten is hiervoor een aparte regeling. Deze regeling bestaat vanwege de verhouding tussen het (grote) aantal ploegen dat gebruik wil maken van, en wedstrijden wil roeien in achten, en het aantal beschikbare boten. Wanneer deze situatie ook bij andere boottypen van toepassing wordt, dan kan dezelfde manier van indelen toegepast worden.

Uitgangspunt is dat de indeling gebaseerd is op o.a. de botenvoorkeur van de ploegen (achten), de uitslag van het sparren, de wedstrijdplannen van de ploeg en ploegontwikkelingen.

De indeling voor de achten geldt tot en met de Heineken en de Head. Daarop zijn de volgende uitzonderingen van toepassing:

- A. De Head biedt meer ruimte aan onze herenachten dan de Heineken. Daarom kan, enkel voor de Head, een 'upgrade' mogelijk zijn.
- B. In de periode vooraf aan het sparren (vanaf augustus) kunnen ploegen in andere achten roeien, mits het gebruik is afgestemd met de commissaris Materieel en het tijdstip is afgestemd met de andere ploegcaptains, aan wie de boot is toegewezen. Dit biedt de mogelijkheid om andere boten te proberen, om zo een juiste voorkeur voor het sparren op te geven.

Toegewezen boten dienen altijd afgeschreven te worden om het boten gebruik te volgen, alsook om de delende ploegen niet in de weg te zitten.

### **3.2 Zorg voor het materieel**

Ploegen die roeien in toegewezen materieel dienen zich extra bewust te zijn van de zorg die zij voor dit materieel hebben. Vaak zijn er slechts één, twee, of drie ploegen aan een boot toegewezen. Veilig varen, afschrijven van de boot, schoonmaken van de boot en schades melden zijn goede uitgangspunten voor het roeien in dit materieel. Zie ook de Huisregels van 'De Hoop'.

### **3.3 Botentransport**

Ploegen die naar wedstrijden buiten Amsterdam gaan, dienen dit met de vlootvoogd te regelen door dit kenbaar te maken, gelijktijdig met de inschrijvende mail naar [inschrijven@karzvddehoop.nl](mailto:inschrijven@karzvddehoop.nl).

Ploegen dienen niet zelf contact met de transporteur op te nemen. De vlootvoogd neemt contact op met degene die de ploeg heeft ingeschreven voor de wedstrijd en geeft aan wanneer het transport (heen en terug) plaatsvindt. De ploeg dient zelf voor af- en opriggen, alsook op- en afladen bij De Hoop te zorgen. Idem dito op de locatie van de wedstrijd. De transporteur maakt een indeling van de botenwagen bekend. Deze hangt op de botenwagen. Elke ploeg is zelf verantwoordelijk voor het correct op- en afladen op locatie. Wanneer een boot vaker gebruikt wordt tijdens één wedstrijd, dan dient de laatste ploeg extra zorg te besteden aan het opladen van de boot, volgens de opgegeven indeling van de transporteur, en de bijbehorende materialen (riemen, riggers, bankjes, schragen/singels etc).

De kosten van het botentransport zijn voor rekening van de ploeg en dienen tegelijkertijd met het inschrijfgeld overgemaakt te worden, zie ook 'Inschrijven voor wedstrijden, 2.2'. Voor de meeste wedstrijden waar een gevuld transport naar toe rijdt bedragen de transportkosten €18 per bankje (stuurplek telt niet mee). Dit tarief per bankje wordt jaarlijks herijkt.

Dit bedrag staat vast, ook in het geval van het delen van een boot met een andere ploeg op dezelfde wedstrijd.

*Transportkosten en verzekering boten buiten Nederland of in Nederland bij minder reguliere (lees: weinig bezochte) wedstrijden*

Dit wordt via de vlootvoogd bij DEWIDO geregeld. S.v.p. van tevoren een offerte aanvragen! Boten zijn NIET verzekerd buiten Benelux en Duitsland; dus dienen roeiers dit zelf te regelen ten genoegen van de vlootvoogd.

### **3.4 Afschrijven boten**

Boten dienen altijd te worden afgeschreven, ook de boten die (exclusief) zijn toegewezen. In eerste instantie als communicatie naar andere gebruikers, maar ook t.b.v. het verkrijgen van inzicht in het botengebruik. Dit helpt om het onderhoudsprogramma te optimaliseren, net als bij het bepalen van de 'druk' op de vloot. Boten kunnen worden afgeschreven via [afschrijven.karzvdehoop.nl](mailto:afschrijven.karzvdehoop.nl).

## **4. INTERN**

### **4.1 Coaching**

Er zijn meerdere mogelijkheden om gecoacht te worden, om zo het roeivert niveau van je ploeg te verhogen. Zo bestaat er de mogelijkheid om als roeier, stuur en/of coach gecoacht te worden door de hoofdcoach Veteranen, Sander Smulders. Een verzoek om Sander eens mee te laten fietsen kan gedaan worden bij [hoofdcoach@karzvdehoop.nl](mailto:hoofdcoach@karzvdehoop.nl). Aangezien Sanders tijd gelimiteerd is, hangt zijn beschikbaarheid af van o.a. de roeiplannen van de ploeg, het niveau van de ploeg en of de desbetreffende ploeg vrijwilligerswerk verricht, zoals het coachen van de jeugd.

### **4.2 Roei-evenementen voor en door 'de Hoop'**

Naast een enkele keer gecoacht worden is het ook leuk en handig om deel te nemen aan de gezamenlijke trainingen en clubsprints, waarbij geprobeerd wordt om iedere maand een dergelijk club-event te organiseren (tenzij de roeikalender al druk genoeg is). Deze events worden in eerste instantie georganiseerd door de ploegencommissie ([ploegen@karzvdehoop.nl](mailto:ploegen@karzvdehoop.nl)). Dit soort dagen kunnen ook goed gebruikt worden om zoekende ploegen en ploegzoekenden met elkaar in contact te brengen, naast de mogelijkheid om [match@karzvdehoop.nl](mailto:match@karzvdehoop.nl) te mailen, met je verzoek en de relevante achtergrondinformatie.

Je ploeg opgeven voor een gezamenlijke training en de clubsprints, kan via [ploegen@karzvdehoop.nl](mailto:ploegen@karzvdehoop.nl).

## **5. OVERIG**

### **5.1 Krachthonk**

De Hoop beschikt over een mooi krachthonk (mag gezegd worden) met ergometers, spinfietsen en krachttrain-materiaal. Ergometers en spinfietsen dienen afgeschreven te worden via

[afschrijven.karzvdehoop.nl](mailto:afschrijven.karzvdehoop.nl), zodat elke roeier op drukke tijden weet of er een apparaat beschikbaar is. Mankementen aan ergometers kunnen gemeld worden in het schadeboek, in de botenloods. Met vragen en/of suggesties over het krachthonk, kun je terecht bij de commissaris Wedstrijdroeien: [wedstrijd@karzvdehoop.nl](mailto:wedstrijd@karzvdehoop.nl).

## **5.2 Indoor**

In het winterseizoen heeft 'De Hoop' op de woensdagavond de beschikking over de gymzaal nabij 'De Hoop'. Hierin wordt indoortraining gegeven, waarbij je je conditie kunt opvijzelen. De inschrijvingsmethode evenals de kosten, worden van te voren bekendgemaakt in de e-Punt.