



FORORD

Dette kursistmateriale skulle gerne være inspiration til kommende K-styrmænd og L-styrmænd. Det kan bruges både på korttursstyrmandskurser og på langtursstyrmandskurser.

Hele mappen udleveres på L-styrmandskurset, men kommende L-styrmænd forventes at have kendskab til alt K-styrmandsstoffet.

Det er tanken, at materialet opdateres løbende mellem L-kurserne, således det så vidt muligt indeholder korrekt og tidssvarende information, og fundne fejl bliver rettet.

Derfor opfordres alle interesserede roere til at bidrage med oplysninger, illustrationer og evt. nyttige links på nettet, der kan være med til at forbedre Styrmandsmappens værdi i undervisningen. Send materiale til DFfRs sekretariat på dffr@roning.dk.

Vi håber og ønsker, at vi med dette kursistmateriale dels kan give jer et godt fundament og forståelse for det at være styrmænd, men også være med til at sprede det aktiv det er at være langtursstyrmand.

Vi håber desuden, at denne mappe også vil blive brugt som et opslagsværk.

Der skal rettes en meget stor tak til alle, der har bidraget med materiale.

DFfR, Uddannelsesudvalget, januar 2010



INDHOLDSFORTEGNELSE

1. Organisering af roning i Danmark
2. Ansvar og reglement
3. Materiellet
4. Planlægning af langtur
5. Styreteknik
6. Vind, vejr og bølger
7. Søsikkerhed
8. Skadeforebyggelse og nødhjælp
9. Miljøbeskyttelse og lejrkultur
10. Søvejsregler
11. Søkort
12. Kompas og GPS
13. Farvandsafmærkninger
14. Løfte- og bæreteknik

Bilag