

EXAMENEISEN VAARBEWIJZEN ISALA

(versie 14 oktober 2025)

Bij alle examens voor de Isala vaarbewijzen wordt gelet op de volgende onderdelen:

1. Roeitechniek.
2. Sturen en manoeuvreren.
3. Bootbehandeling en materiaalkennis.
4. Vaarregels en veiligheid.

In het algemeen geldt dat vaarbewijzen pas uitgereikt worden als de vereniging (en dus haar leden) vertrouwen kan hebben dat het betreffende lid veilig met het materiaal en teamgenoten het water op kan gaan, en met alles en iedereen in goede staat weer terug kan komen.

1. Roeitechniek

De eisen m.b.t. roeitechniek verschillen per examen en zijn in detail weergegeven bij de betreffende vaarbewijzen voor Kanaalgestuurd (Kg), Havengestuurd (Hg), IJsselgestuurd (Ys), Havenskiff (Hs) en Kanaalskiff (Ks).

2. Sturen en manoeuvreren

De eisen m.b.t. sturen en manoeuvreren verschillen per examen en zijn in detail weergegeven bij het betreffende vaarbewijs.

3. Bootbehandeling en materiaalkennis

Voor alle examens is kennis van de volgende items verplicht:

- op welke manier de boot afgeschreven wordt
- schade-procedure (inclusief aanmelden via inloggedeelte Isala website)
- op een juiste en veilige wijze de boot in en uit het botenhuis brengen
- op een juiste en veilige wijze de boot in het water leggen en uit het water halen
- aan welke onderdelen de boot getild mag worden en aan welke onderdelen zeker niet
- op een juiste en veilige manier de riemen naar buiten en naar binnen brengen, in de dol leggen en uit de boot halen
- nooit riemen los op het vlot leggen
- op een juiste manier het roertje behandelen

- schoonmaken van het materiaal
- de onderdelen van de riem en belangrijkste onderdelen van de boot kunnen benoemen en aanwijzen, conform de Isala brochure 'Roeien bij Isala'

4. Vaarregels en veiligheid

De vereiste kennis betreffende vaarregels en veiligheid is opgenomen in:

- ⤴ De Isala brochure 'Roeien bij Isala' voor de vaarbewijzen Havengestuurd en Havenskiff
- ⤴ De Isala brochure 'Roeien op de IJssel' voor de vaarbewijzen Kanaal- en IJsselgestuurd en skiff
- ⤴ De informatieavond Havengestuurd (relevante onderwerpen voor het geëxamineerde vaarbewijs)
- ⤴ Examen vragen voor het theoretisch deel van het examen (Bibliotheek)

Meer in detail betreft het kennis en toepassing betreffende:

- op een 'voor mens en materiaal' juiste en veilige wijze het water gebruiken
- wat wel en wat niet te doen in geval dat de boot omslaat of volloopt
- wat wel en wat niet te doen in geval van (dreigende) onderkoeling
- kennen en toepassen van de voorrangs- en vaarregels
- belangrijkste geluidsseinen kunnen herkennen
- de bruggen (en hun bijzonderheid) in het vaargebied van Isala kennen,
- de betekenis van de belichting van deze bruggen kennen en weten hoe beroepsvaart de bruggen neemt bij verschillende waterhoogtes
- inspelen op verschillende en veranderende weersomstandigheden
- het principe dat veilig varen een gedeelde verantwoordelijkheid is van roeiers én stuur, onder eindverantwoordelijkheid van de stuur.

EXAMENEISEN PER VAARBEBWIJS IN DETAIL

Exameneisen Havengestuurd af te leggen in C4x+, C3x+ of C2x+

1. Roeien

Op de juiste en veilige wijze:

- uitbrengen en te water leggen van de boot en riemen o.l.v. de stuur
- riemen inleggen, walkant dolkleppen (overslagen) dicht en vast
- instappen op 1, 2, 3 van stuur
- waterkant dolkleppen dicht en vast
- voetenbord afstellen
- controleren heelstrings
- controleren voetenriempjes
- roeien met de juiste roeibeweging: handen op juiste manier en plaats aan de riemen, polsen recht, volgorde haal (benen, rug, armen), en recover (wegzetten, inbuigen, oprijden)
- juiste finish(-), catch(-houding)
- in principe watervrij, met clippen/terugclippen
- in principe juiste strakke riemvoering: alleen het blad (verticaal) door het water, tijdens recover blad dichtbij water laten
- doldruk houden
- vaste bank roeien
- uittellen tot hele haal
- spoelhaal, light paddle, medium paddle, strong paddle (met behoud haal- en recovertechniek en met behoud van juiste haalfrequentie)
- kennis van – en vlot opvolgen van – de commando's van de stuur, m.b.t. tenminste de volgende termen en commando's:
 - slag klaar maken, slag klaar, go
 - laat lopen en bedankt
 - vastroeien (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - houden (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - strijken (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - halen / haaltje bakboord / stuurboord
 - rondmaken over bakboord / stuurboord
 - spoelhaal, light paddle, medium paddle en strong paddle
 - slippen (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - boord presenteren (bakboord / stuurboord)
- volgen van de slag
- op slag roeien
- dolkleppen losmaken aan waterzijde
- uitstappen op 1, 2, 3 van de stuur

- riemen aan wal brengen, dolkleppen dicht
- afdrogen en binnenbrengen van riemen en boot o.l.v. de stuur
- concentratie tijdens het roeien; alerte en actieve houding; riemen vasthouden!

2. Sturen en manoeuvreren

Op de juiste en veilige wijze:

- afschrijven van de boot
- commando's en leiden van uitbrengen en te water leggen van de boot en riemen
- roertje en rugleuning van de stuur plaatsen
- stuur houdt een boord vast; en los van de kant
- stuur laat instappen op zijn 1, 2, 3
- instappen
- afzetten van het vlot en veilig wegroeien
- juiste commandovoering (op het goede moment) en opletten op juiste uitvoering door de roeiers, tenminste de volgende termen en commando's:
 - slag klaar maken, slag klaar, go
 - laat lopen en bedankt
 - vastroeien (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - houden (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - strijken (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - halen/ haaltje bakboord / stuurboord
 - spoelhaal, light paddle, medium paddle en strong paddle
 - rondmaken over bakboord / stuurboord
 - slippen (beide boorden / bakboord / stuurboord)
 - boord presenteren (stuurboord / bakboord)
 - boeg, beide boegen,
 - (roeier) boeg, 2, 3 en slag
 - slag, beide slagen
- duidelijk, en waar mogelijk in ritme van de haal, uitspreken van de commando's
- stuurboordwal houden op de haven
- goed aanleggen, rekening houdend met de wind en andere boten
- zelf uitstappen
- de ploeg laten uitstappen op 1, 2, 3, een boord vasthouden
- roertje en rugleuning van de stuur binnen (laten) brengen
- boot en riemen aan wal laten brengen, afdrogen en binnen brengen
- concentratie tijdens het sturen; alerte en actieve houding; touwtjes strak!

Exameneisen Kanaalgestuurd af te leggen in C4+, C4x+, C3x+ of C2x+

1. Roeien

Exameneisen Havengestuurd vaarbewijs en bovendien:

- technisch correct roeien: lichaamshouding, riemvoering, handlevoering, alleen blad door het water
- vlot en zeker opvolgen van commando's van de stuur
- ogen in de boot
- vierde stop kunnen uitvoeren
- ritme in het roeien in principe haal : recover = 1:2
- vlotte beweging van haal, uitzetten, wegzetten en inbuigen
- terugclippen meteen na wegzet
- light paddle, medium paddle, strong paddle en opklimmen en uitzakken
- verder opklimmen tot hard en verder uitzakken tot dead slow (= spoelhaal)
- stuurboord sterk en bakboord best goed uitvoeren
- boord presenteren
- slippen

2. Sturen en manoeuvreren

Exameneisen Havengestuurd vaarbewijs en bovendien:

- duidelijk en met overwicht geven van commando's en leiden van de ploeg
- veilig en correct omgaan met (grote) scheepvaart
- veilig en correct omgaan met wind en golven
- veilig varen op stromend water
- draaien in stroom en tussen kribben
- goed inschatten van risico's, met name rond kribben en met scheepvaart
- kennis betreffende routes en vaarregels Kanaal
- stuurboord wal houden op het kanaal

Exameneisen IJsselgestuurd af te leggen in C4+, C4x+, C3x+ of C2x+

1. Roeien

Exameneisen Kanaalgestuurd vaarbewijs en bovendien:

- correct en direct opvolgen van commando's van de stuur
- correct reageren op wind, golven, stromend en onrustig water

2. Sturen en manoeuvreren

Exameneisen Kanaalgestuurd vaarbewijs en bovendien:

- veilig en correct omgaan met (grote) scheepvaart
- veilig en correct omgaan met wind en golven
- veilig varen op stromend water
- veilig omgaan met onrustig water (bijv. IJsselkade Zutphen)
- correct sturen rond bruggen, kribben en strekdammen
- kennis betreffende routes en vaarregels IJssel
- goed inschatten van risico's op de IJssel, met name rond kribben en met scheepvaart
- kennis van regels en Isala afspraken m.b.t. wal houden

Exameneisen Havenskiff af te leggen in een skiff

Op de juiste en veilige wijze:

- uitbrengen en te water leggen van de boot en riemen met hulp
- riemen inleggen, walkantriem: dolklep dicht en vast
- instappen (met hulp): waterkantriem vasthouden
- waterkantriem: dolklep dicht en vast
- voetenbord afstellen
- correct afvaren van het vlot
- opvolgen commando's van de examinerator
- roeien met de juiste roeibeweging: handen op juiste manier en plaats aan de riemen, polsen recht, volgorde haal (benen, rug, armen), en recover (wegzetten, inbuigen, oprijden)
- in principe roeien met slifferen,
- in principe juiste strakke riemvoering: alleen het blad (verticaal) door het water
- doldruk houden
- vaste bank roeien
- uittlengen tot hele haal
- strijken zonder oprijden
- rondmaken zonder oprijden
- halend aanleggen aan het vlot, rekening houdend met de wind en andere boten
- uitstappen (met hulp), dolklep los aan waterkant, die riem meenemen
- walkant riem eruit halen en dolklep dicht doen
- aan wal brengen, andere dolklep dicht
- afdrogen en binnenbrengen van riemen en boot met hulp

2. Sturen en manoeuvreren

- regelmatig omkijken
- stuurboordwal houden: bij wegvaren van Isala dichtbij de WSV 'De Mars' langs, bij terugkomst dicht bij de overkant langs
- ⚓ in opdracht van de examinerator een parcours kunnen varen
- ⚓ stuurboord sterk, bakboord best goed uitvoeren

Exameneisen Kanaalskiff af te leggen in een skiff of ongestuurde twee

1. Roeien

Exameneisen Havenskiff vaarbewijs en bovendien:

- technisch goed roeien: lichaamshouding, riemvoering, handlevoering, alleen blad door het water, balans, ritme

- vierde stop kunnen uitvoeren
- strijken met oprijden
- rondmaken met oprijden
- in principe watervrij roeien, slifferen zo beperkt mogelijk
- ritme in het roeien in principe haal : recover = 1:2
- light paddle, strong paddle en opklimmen en uitzakken
- verder opklimmen tot hard en verder uitzakken tot dead slow (= spoelhaal)
- minstens 25 halen zonder stoppen roeien met regelmatig omkijken
- stuurboord sterk en bakboord best goed uitvoeren
- snel en correct opvolgen commando's van de examinerator
- rekening houden met scheepvaart
- wanneer nodig juiste ligging t.o.v. golven en boord presenteren
- goed en veilig omgaan met stroming en onrustig water

3. Sturen en manoeuvreren

Examineisen Havenskiff vaarbewijs en bovendien:

- ▲ vaste koers varen
- ▲ doorgaande haal tijdens omkijken
- goed anticiperen op (mogelijk) komende situaties en goed inschatten van risico's
- op haven en kanaal stuurboordwal houden
- kennis van en ervaring met roeiroutes van en naar het Kanaal
- goed en veilig in- en uitvaren van haven en Kanaal

Examineisen IJsselskiff af te leggen in een skiff of ongestuurde twee

1. Roeien

Examineisen Kanaalskiff vaarbewijs en bovendien:

- technisch correct roeien: lichaamshouding, riemvoering, handlevoering, alleen blad door het water, balans, ritme
- watervrij roeien
- goed en veilig omgaan met bruggen, kribben en strekdammen
- halend en strijkend aanleggen aan het vlot

2. Sturen en manoeuvreren

Examineisen Kanaalskiff vaarbewijs en bovendien:

- kennis van en ervaring met roeiroutes op de IJssel
- goed inschatten van risico's op de IJssel, met name rond kribben en met scheepvaart