

## Ohjeistus perämiehille

Tutustu reittiin ja varmista kierrettävien poijujen kiertosuunta. (kuva reitistä Turvallisuusohjeissa)

Ohjeista soutajia:

- Suunnilleen samankokoiset soutuparit.
- Veneessä soutupaikalle mennessä/poistuessa ei saa astua penkeille.
- Säädä jalkatuet sopivalle etäisyydelle ja kiristä remmit
- Aivot hankaimiin niin, että airon liukumuovi veneen reunaa vasten ja hankainkapula kipparia kohti.
- Soutajat katsoo tarkan tahdin oman puolen tahtiairosta. Tahtiairopari on lähinnä kipparia olevat soutajat.
- Mikäli soudun aikana tulee ongelmia: esim kramppeja, istuin lähtee irti, airo irtoaa.....
  - nosta airon lapa ylös (kädensija veneen pohjaa kohti), jotta muut soutajat voivat jatkaa soutamista tahdissa.
  - Korjaa ongelma rauhassa, ja liity soutamaan samaan tahtiin.
- Ennen starttia, saapukaa lähtöviivalle (sillan reunalinjalle) ajoissa, järjestäjien ohjeiden mukaan.
- Pitäkää riittävä väli muihin veneisiin, edellä menevällä veneellä on ”etuajo-oikeus”. Tarkkana varsinkin kääntöpaikalla! Kolaroinnissa menetettyä aikaa ei kerkiä soutamalla kuroa kiinni.
- Maaliin tultua, soudelkaa vene rauhassa samaan paikkaan, josta lähditte.
- Ennen rantaan/laituriin tuloa, muut aivot ylös paitsi tahtiaivot, joilla ohjataan vene hallitusti rantaan/laituriin.

**Nautinollista souturessua!**