

Varnost v čolnu- copati

Za izboljšanje razumevanja pravila o varnosti, ki se nanašajo na copate v čolnu - nogare, nožnike ipd. in nekaterih sprememb pri tem pravilu podajam člen 2.5 Tekmovalnih pravil FISA in njegovo razlago.

2.5. Quick release foot stretchers

In all boats the foot stretchers, shoes or other devices holding the feet of the rowers shall be a type which allows the rowers to get clear of the boat with no delay in an emergency. Where shoes or other devices holding the feet will remain in the boat, each shoe or device shall be independently restrained such that when the heel reaches the horizontal position the foot will be released from the shoe. In addition, where laces, Velcro or similar materials must be opened before the rower can remove his feet from the shoes or other device, all such materials must be able to be released immediately by the rower with a single quick hand action of pulling on one easily accessible strap. Where shoes or other devices holding the feet will not remain in the boat, each shoe or device must be able to be released by the rower without using his hands or with a single quick hand action of pulling on one easily accessible strap or release device.

Pojasnilo:

Osnovno pravilo je, da mora v primeru nujne potrebe veslač zapustiti čolna brez zamujanja.

Če je priprava za držanje stopal (copat ali kaj podobnega) narejena tako, da ostane v čolnu, mora sprostiti stopalo, ko peta doseže vodoraven položaj

– (**novost** – ni več omejitve dviga pete na največ 7 cm).

Kadar je potrebno za sezuvanje odpreti vezalke, ježke (Velcro) ali kaj drugega, mora to biti omogočeno z enostavnim potegom **enega**, lahko dostopnega prijemala.

Kadar copati oz. drugi pripomočki, ki držijo stopala ne ostanejo v čolnu, mora biti omogočeno veslaču, da jih sprosti brez uporabe rok ali z hitrim potegom roke za en, lahko dostopen trak oz. pripravo za sprostitvev.

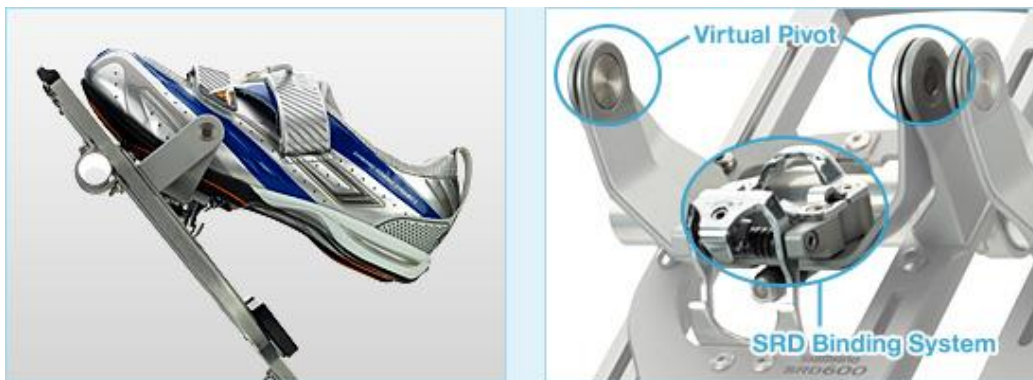
Možnosti:

- preprosti nasloni za noge, kjer se peta ne dviguje (kot v starih ali šolskih čolnih).



Vir: <http://www.salaniboats.com/en/miniskiff-completed-foot-stretcher-pp19/>, <http://www.bbq-bootsbau.com/enq1.html/wanderboote.html>

- sistemi za izpenjanje čevlja, npr. [Shimano](#),



Vir: http://rowing.shimano.com/content/dam/Rowing%20North%20America/Products/shimanoimage_09.jpg

ali [Clicko](#) - podobno kot pri kolesarskih čevljih.



Vir: http://www.rowing-shop.at/index.php?rex_resize=460w_dsc_0159_800x532.jpg

- copati, fiksno pritrjeni v čolnu - ti so najpogostejši.

Pri slednjih moramo zagotoviti

- da se stopalo sprost, ko se peta posameznega copata dvigne do vodoravnega položaja.

Možna je:

- [mehanska](#) omejitev – dvig do največ vodoravnega položaja



Vir: <http://www.rowquix.com>

- o peta, [pripeta](#) z vrvico - vezi morajo biti povezane posamično in dovolj trdne, da se ne strgajo



Vir: <http://www.packer.dsl.pipex.com/rowing/safety/heelrestraints.html>

- vse vezalke ali trakovi z ježki morajo biti povezani v zanko z eno vrvico, ki omogoča odpiranje vseh naenkrat – glej spodnje slike.



Vir: http://shop.strato.de/epages/61850175.sf/en_GB/?ObjectPath=/Shops/61850175/Products/60150,
in <http://www.esrowingservices.co.uk/shoes.html>

Večina novejših copat že ima na koncu trakov luknjice, predvidene za povezovanje. Kadar copati še nimajo predvidenih luknjic, jih je enostavno preluknjati in napeljati zanko.

Priporočilo

Priporočam vsem tekmovalcem in trenerjem, da stoje na pontonu poskusijo izvleči nogo iz čevlja, ko je ta zapet. Tako lahko dobijo občutek, koliko je potrebna dolžina omejitve pete, da se nogo še da izvleči. Carl Douglas, avtor predloga o omejitvi dviga, priporoča 5cm.

Pomembno je, da so copati brezhibni tudi na treningu, saj je tam nevarnost nesreče bistveno večja, kot na regati. Zato svetujem vsem veslaškim sodnikom, da trenerje, tekmovalce in njihove starše seznanijo s temi pravili ter po možnosti nadzirajo njihovo izvajanje tudi izven tekmovanj.

Dodatni viri

<http://www.packer.dsl.pipex.com/rowing/safety/heelrestraints.html>

<https://groups.google.com/forum/#!topic/rec.sport.rowing/UDkLy2c3Qvg>

https://www.britishrowing.org/upload/files/RowSafe/RowSafePlus_HeelRestraints.pdf