

LA MANIPULATION DES OUTRIGGERS

(double, skiff, Quatre, Huit)

Conseils :

- Un des rameurs donne les ordres pour manipuler le bateau.
- Les rameurs se positionnent par ordre de taille le long du bateau.

Termes employés :

- **EN TÊTE** : porter le bateau à bout de bras, les bras sont tendus à la verticale au dessus de la tête.
- **A L'ÉPAULE** : porter le bateau sur l'épaule gauche ou droite selon sa position.
- **S'ÉPAILLER** : chaque rameur choisit le côté où le bateau sera porté par l'épaule. Le choix se fait en fonction du rameur devant lui. C'est le 1^{er} rameur qui détermine donc la suite des rameurs.
- **A BRAS** : porter le bateau bras tendus et descendus au niveau des hanches.
- **DEROULER** : faire pivoter le bateau sur son axe longitudinal pour le retourner afin de poser la coque sur l'eau.

⇒ Pour la mise à l'eau :

NB : les pelles sont déjà sorties et le cahier de sortie est rempli.

- Tirer le support sur roulettes du bateau vers l'allée.
- Les rameurs se répartissent aux 2 pointes et se font face (*hors skiff et double*)
- Soulever le bateau pour le décoller de son support, **sans toucher** le bateau de dessus (dame de nage). Selon le cas, les rameurs devront être « en tête » (dernière étagère).
- Les rameurs se décalent dans l'allée et se dirigent vers les tréteaux.
NB : Les rameurs peuvent porter le bateau « à bras » ou « à l'épaule ».
- A côté des tréteaux, les rameurs doivent être à bras, puis ils montent le bateau au niveau de la poitrine afin de le retourner puis ils le placent sur les tréteaux. **En aucun cas, les genoux servent à la manœuvre. Les portants ne doivent pas toucher le sol.**
- Vérification du matériel voire réparations. Ouverture des dames de nage.
- Pour aller au ponton, les rameurs peuvent porter le bateau « à bras » ou « à l'épaule ».
- Arriver au ponton, le bateau est mis « en tête », puis incliner sur l'épaule droite (côté eau). Les rameurs sont donc tournés vers le Sud.
- Le bras droit entoure la coque, la main gauche se déplace pour tenir l'autre bord du bateau. Puis les rameurs « déroulent » le bateau.
- Lorsque le bateau se trouve à plat au niveau des hanches, la main droite vient se placer sous la coque afin de poser le bateau à plat sur l'eau en pliant les genoux. (*Les dames de nage ne doivent pas entrer dans l'eau*). **En aucun cas, les genoux servent à la manœuvre.**

⇒ Pour la sortie de l'eau :

Les manœuvres sont l'inverse de celles effectuées pour la mise à l'eau.

NB : le bateau est désarmé.

- Vérifications : scratches et coulisses attachés ; barres de pied fixées, dames de nage tribord fermées. Les dames de nage bâbord seront fermées sur terre.
- Les rameurs se répartissent le long du bateau et s'accroupissent.
- Ils positionnent les mains sur le bord du bateau : main droite côté eau, main gauche côté ponton.
- Ensemble, les rameurs sortent le bateau de l'eau tout en tournant le buste vers le plan incliné. Ils mettent tout de suite le bateau « en tête », puis ils « s'épaillent » pour porter le bateau « à l'épaule » voire « à bras ».
- Arrivés aux tréteaux, les rameurs mettent le bateau à bras, le soulèvent à la poitrine pour le retourner et le mettre sur les tréteaux. **En aucun cas, les genoux servent à la manœuvre. Les portants ne doivent pas toucher le sol.**
- Lavage du bateau : coque, rails. Fermeture des dames de nage bâbord.
- Vérification du matériel voire réparations.
- Remisage du bateau sur son support **sans toucher** le bateau du dessus. Selon les cas, le bateau devra être « à bras » ou « en tête ».