

## Kommandoer

Klar og løft	husk at rette ryggen
Sæt forsigtig	ned i knæ
1 og 2 klar til at gå ombord	
1 og 2 ombord	
Balance Til roning klar Ro væk	roerne ruller langsomt frem
Det er vel	siges i slutningen af rotaget
Sæt i	bladet sættes halvt skivet i vandet
Sæt hårdt i	bladet sættes i vandet, lodret og med hulningen vendt mod stævnen
Til skodning klar Skod væk	modsat rotaget
Åren på vandet	bladet lægges skivet på vandet
Kvart åren	åren trækkes lidt ind i åregangen under roning
Småt roning	roning med nedsat kraft
Åren tværs	åren trækkes ind i åregangen, så lige meget af den stikker ud på hver side af båden
Åren ind Åren ud	åren lægges ind i båden, på langs og med bladet vendt mod stævnen åren skubbes atter ud i åregangen
Åren langs	man læner sig tilbage og lader åren ligge i åregangen, langs med båden
Se til åren	hold øje med årebladet mens man ror
Bagbord til skodning klar, styrbord skal ro, Skod væk - ro væk	bruges ved vending på stedet
Styrbord småt Styrbord, fuld træk	hjælp til drejning
Bagbord, det er vel Bagbord, fald ind	båden drejer mod bagbord bagbord begynder at ro igen

**Bagbord = venstre = rød**   **Styrbord = højre = grøn**