



Sorø Sø Regatta

Velkommen til Sorø Regattaen

Værd at vide INDEN du / dit holdror ud på Sorø sø!

Trafikregler under kaproning

Bane 6 må ikke benyttes under opvarmning og afroning – og på vej ud til start!
Al roning uden for de afmærkede færdselsbaner er forbudt! Færdsel på de skraverede (røde) område kræver tilladelse fra Safety-officer.
Træning under løbsprogrammet er ikke tilladt!

Opvarmning

Gå ud fra og ind på banen ved 250 m – mærket (grønne pile).
Ro på bane 1 – 5 fra 250 m – mærket til 750 meter.
Forlad banen ved 750 meter.
Ro tilbage til 250 meter uden for bane 6.

Afroning

Efter at målet er passeret.
Ro tilbage uden for bane 6 (grønne pile).
Gå ind på banen ved 1250 m – mærket – er mærket med stor rød bøjle.
Ro på bane 1 – 5 fra 1250 m – mærket til 1750 m – mærket
Forlad banen ved 1750 m – mærket.
Ro tilbage til 1250 m – mærket uden for bane 6.
Ro til indgangsbro.

Trafikregler under træning - indtil fredag kl. 16.00

Indtil ½ time før første start og ½ time efter sidste løb og i frokostpausen under kaproningen.
Bane 6 må ikke benyttes under træning, opvarmning og afroning. Roning fra 0-meter til mål på bane 1 – 5.
Fra mål roes til 0 – meter uden for bane 6.
Kryds ind på bane 1, 2, 3, 4 og 5 ved 0, 250 m, 750 m og 1000 m.
Husk at give plads for passage af hurtigere både.
NB! Der er ingen opsyn på vandet uden for løbsprogrammet!
Træning foregår på eget ansvar.

Pas godt på hinanden under træning og under kaproningen!

Kort over Sorø sø findes på <http://www.sororegatta.dk>, regattahæftet kortbane, Sorø Internationale Regatta under søvejsregler.