**Reglementen Naardense Clubkampioenschappen**

**Wat is de NCK?**

De **NCK** is een conditie- en vaardigheidsmeting voor roeiers in diverse boottypen en ploegsamenstellingen. De afstand is 4000 meter tussen de Hakkelaar en de Irenebrug (de brug bij het pompstation) op de Muidertrekvaart. De **NCK** is er voor iedereen die gewoon eens in een ongedwongen sfeer een prestatie wil leveren. Bijna iedereen kan meedoen, van junior tot veteraan, van recreant tot wedstrijdroeier.

**Hoe werkt de NCK?**De **NCK** is een persoonlijke tijdmeting over het traject tussen de Hakkelaar en de Irenebrug. Hierbij houdt men rekening met het geslacht en de exacte leeftijd(en) op de dag van meting.

Er zijn twee manieren waarop de uitslagen worden vastgesteld:

1.       Voor alle deelnemende ploegen zijn er omrekenfactoren aan de hand van boottype, geslacht en leeftijd. Daardoor is het mogelijk voor alle ploegen één grote lijst met uitslagen te maken. Deze factoren zijn samengesteld voor RV Naarden uit factoren, die door RV Breda en RV Tromp gebruikt worden. De factoren van RV Breda worden landelijk gebruikt door de KNRB voor het veteranenklassement

2.       Hierbij worden de normen voor landelijke wedstrijden gebruikt. Kenmerkend voor een lange afstandswedstrijd is dat je individueel strijdt in eenzelfde boottype tegen iemand van hetzelfde geslacht, al dan niet in een bepaalde leeftijdsgroep. Om competitie te hebben moeten er voor elk veld minimaal 2 boten zijn ingeschreven. Velden van verschillende leeftijds-groepen kunnen nog samengevoegd worden, maar geslacht en boottype blijven altijd gelijk. Dit geheel valt terug te lezen in de wedstrijdreglementen op de site van de KNRB

**Reglementen**

1. Inschrijven kan tot uiterlijk 12.00 uur op de zondag vóór de **NCK** op de flap-over in het clubgebouw of via [nck@oeinaarden.nl](https://roeinaarden.e-captain.nl/main.php?id=19#antispam)
2. Er is door bestuur en **NCK**-commissie **geen** leeftijdsgrens vastgesteld vóór de **NCK.** Onze omrekenfactoren gaan echter tot 80 jaar net als Tromp, waar de KNRB tot 77 jaar gaat
3. Meer dan éénmaal starten per **NCK** is mogelijk na overleg met de **NCK**-commissie die toetst of het programmatechnisch haalbaar is
4. Bij tweemaal roeien van de **NCK** word je tweemaal opgenomen in het klassement. Vooraf dient te worden aangegeven welke start de prioriteit heeft
5. Ploegen dienen te bestaan uit roeiers van RV Naarden
6. Er is geen correctie voor het gewicht van de roeier of voor de weersomstandigheid
7. In C-boten mag de bemanning in een ploeg maximaal 50% bestaan uit gevorderde roeiers (skiff bevoegdheid)
8. Je mag meedoen in alle boten waarvoor je een roeibevoegdheid hebt
9. Men vaart in boten van de eigen vereniging of afwijkend in overleg met de **NCK**-commissie
10. Er wordt zo veel mogelijk geluisterd naar de voorkeur voor boten, maar zo nodig beslist de **NCK**-commissie over de toewijzing van de boten
11. Vanwege ontbrekende omrekenfactoren is het niet mogelijk in mixploegen te starten
12. Deelnemers varen in verenigingstenue
13. Startverschil is aangegeven op startschema om oplopen te voorkomen
14. Op de dag van de wedstrijd kennen we de volgende operationele regels: - rugnummers dienen een ½ uur voor vertrek van desbetreffende blok opgehaald te zijn - inschrijfgeld dient vooraf bij het halen van het rugnummer betaald te worden - oproeien naar de start volgens startschema, op tijd arriveren bij de start is een must - er wordt opgelijnd achter de Hakkelaar, uitgezonderd de 1e ploeg van elke heat - er wordt een vliegende start gemaakt op volgorde van rugnummer

**Wedstrijdroeiers**Roeiers vallen onder de categorie wedstrijdroeier als zij in dit en voorgaand jaar minimaal twee keer aan landelijke wedstrijden hebben meegedaan

**Uitslagen**

De uitslagen worden zo snel mogelijk gepubliceerd op onze webpagina [www.roeinaarden.nl](http://www.roeinaarden.nl/)  en op het wedstrijdbord in het clubgebouw.

**Wisselbekers**

In het veld met de omrekenfactoren zijn twee wisselprijzen te verdienen. Eén voor de beste niet-wedstrijdroeier en één voor de beste wedstrijdroeier: de “Theo van Eijdenprijs”

**Medailles**

In de andere velden waar minimaal twee boten aan meedoen is er een medaille voor de winnaar.

**Gezondheidsrisico**

Het zal duidelijk zijn dat het meedoen aan een conditie- en vaardigheidsmeting over ruim 4 km een flinke fysieke belasting is. Vooral voor de conditioneel minder geoefende roeiers, in het bijzonder op wat gevorderde leeftijd, kan deze inspanning zelfs een gezondheidsrisico betekenen. Iedereen moet voor zichzelf uitmaken of hij/zij deze inspanning aankan. Het is aan te bevelen om vooraf een (sport)medisch advies te vragen bijvoorbeeld door middel van een sportkeuring.

|  |
| --- |
| Het bestuur wil er nadrukkelijk de aandacht op vestigen dat deelname aan de **NCK** geheel voor eigen risico is en dat het bestuur alle aansprakelijkheid voor lichamelijke gevolgen ontstaan door deelname aan de **NCK** conditie- en vaardigheidsmeting afwijst. |