

最小限の工具, 救命具, ライトなど, 乗艇の基本装備は, 水域の特性にあわせて, 必要なものを常備しましょう。

1 救命具 ライフジャケット

PFD, Life Jacket

競漕艇は, 水域や大会の安全規定に基づき, 救命具を搭載または着用する必要があります。ベスト型の他, 腰に巻く自動膨張式PFDが主流となりつつあります。



救命具とそれを膨らませたところ

2 工具類

Some Tools

乗艇練習には, 最小限の工具を載せるように心がけましょう。プライヤー(小・1), レンチ(スパナ, 10, 13, 17mm×各1)などです。陸上で使用するものとは別に用意しましょう。小さな防水バックに入れるか, 乗艇後によく手入れをしましょう。



プライヤー



レンチ

3 ライト

Battery Light

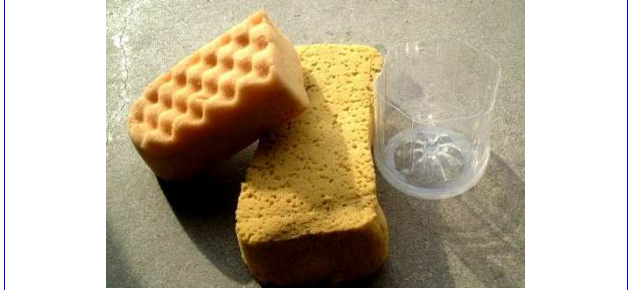
日没後の乗艇では, 白色のライトを艇の前・後に取り付けます。できるだけ広角のものにします。水域でのルールがあればそれを優先しましょう。



4 スポンジ, ボウルなど

Sponge, Vessels

ラフ・ウォーターや雨のとき, 艇内に入った水を排水するためには, スポンジやボウル(丸底の器)などが役に立ちます。ペットボトルを切ったような簡単なものでも良い。水域にもよりますが, ラフ・ウォーターや雨の可能性に備えて, 常備する習慣が大切です。



ちょっとした用心が命を救うときもある。

5 給水

Water

特に夏の乗艇では, 水を持って乗り, 日射病や脱水症に注意しましょう。水のボトルは, 各自が個別に用意するようにして, クルーの「回しのみ」は避けましょう(重要!)。誰かが引きかけた風邪に全員が感染してダウンということは, 現実には大きなリスクとなります。水域によっては川の水を直接飲めるくらい環境が良いとすばらしいのですが…



給水ボトルは各自が用意しよう。(世界選手権 2002 より)

6 タオル・防寒具や雨

owel, Wind-breaker etc

必要に応じ, タオル, 防寒具, 雨具などを持って乗ります。

7 ストップウォッチ, その他の計器

その他, 練習のためには, ストップウォッチや各種の計測機器を載せることもあります。

