

Righøjde /
swirvel højde

Ved at ændre swirvlens højde ændres belastningen af hofte, knæ og skuldre. Er der tale om en lavt rigget båd er belastningen af hofterne mindre end ved en høj rig, samtidigt er der større kraft påvirkning på skuldre og knæ ved lav rig end ved høj rig.

Belastning

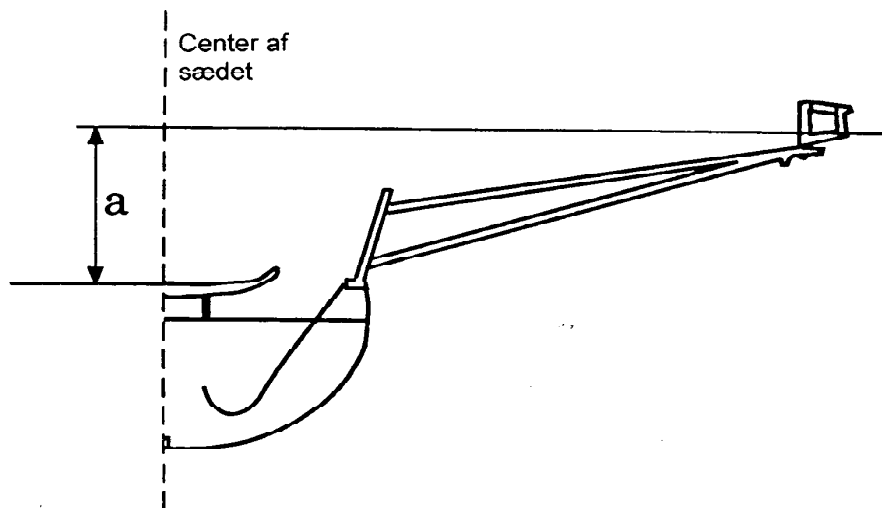
Den korrekte rig højden afhænger af

- bådtype.
- vægten af roeren/holdet.
- særlige forhold ved roeren f.eks. roerens højde og lår tykkelsen.

Swirvlens laveste punkt skal være 22-24 cm over vandspejlet, hvilket er upraktisk at måle. Generelt måles den lodrette afstand fra sædets forreste lave kant til swirvlens bund som for sculler både er 15-16 cm, og en-åres både

Målepunkt

Fi2ur 3.3.1



16-17 cm (se fig. 3.0.4)

Rig forskel

Rig højden (a).

I sculler både er det upraktisk (svært) at ro med samme højde på begge rigge, hvilket rent roteknisk ville være det ideelle. Tidligere var det forskelligt fra klub til klub hvilket årehåndtag man havde øverst i sculler både, men for at gøre det nemmere at kombinere roere på tværs af klubber valgte man i Danmark at ro med styrbords håndtag over bagbord. Derfor skal styrbord swirvel rigges $\frac{1}{2}$ - $1\frac{1}{2}$ cm højere end bagbord.