

SVENSKA RODDFÖRBUNDET

Breddkommittén

FORDRINGAR – SVENSKA RODDFÖRBUNDETS PRESTATIONSMÄRKEN

MOTIONS- OCH LÅNGFÄRDSMÄRKET, ML-MÄRKET

<i>Valör</i>	<i>ML-poäng</i>
Brons	700
Silver	800
Guld	900
Högre valör	1000

- Märkena måste tas i stigande ordning med början av ML-märket i brons.
- Under ett och samma kalenderår kan endast en valör av märket tilldelas samma roddare.
- Roddsträckorna skall redovisas i en roddjournal för att kunna summeras och poängbedömmas.
- Valet av båttyp är fritt.

Poängberäkning

ML-poäng beräknas enligt lista på följande sida.

UNGDOMSMÄRKET

- 225 ML-poäng skall avläggas för att erhålla märket.
- Ungdomsmärket kan erövrats av ungdomar i ådern upp till 18 år (senast det kalenderår under vilket vederbörande fyller 18 år).
- Roddsträckorna ska redovisas i en roddjournal för att kunna summeras och poängbedömmas.
- Valet av båttyp är fritt.

Poängberäkning

För varje, med avbrott för erforderliga raster, genomförd dagstur på 2 km och därutöver, erhålles ML-poäng enligt lista på följande sida.

RODDAREN

- Roddaren är ett märke för alla oavsett ålder, kön eller båttyp.
- För att erhålla märket krävs att man ror 5 km under en sammanhängande tur.
- Märket finns endast i en valör men utkommer med en ny färg varje år.

OBS!

Samtliga av dessa märken kan även tas i kyrkbåar eller 10-huggare.

ML-POÄNG

<i>Km</i>	<i>Poäng</i>	<i>Km</i>	<i>Poäng</i>
2	2	52	162
3	3	53	168
4	4	54	174
5	5	55	180
6	6	56	186
7	7	57	192
8	8	58	198
9	9	59	204
10	10	60	210
11	12	61	217
12	14	62	224
13	16	63	231
14	18	64	238
15	20	65	245
16	22	66	252
17	24	67	259
18	26	68	266
19	28	69	273
20	30	70	280
21	33	71	288
22	36	72	296
23	39	73	304
24	42	74	312
25	45	75	320
26	48	76	328
27	51	77	336
28	54	78	344
29	57	79	352
30	60	80	360
31	64	81	369
32	68	82	378
33	72	83	387
34	76	84	396
35	80	85	405
36	84	86	414
37	88	87	423
38	92	88	432
39	96	89	441
40	100	90	450
41	105	91	460
42	110	92	470
43	115	93	480
44	120	94	490
45	125	95	500
46	130	96	510
47	135	97	520
48	140	98	530
49	145	99	540
50	150	100	550
51	156	101	560

O.s.v. med 10 poängs ökning för varje km.