

Kuvvet, Hız,  
Dayanıklılık ve  
Denge Gerektiren  
Bir Spor

# Kürek



Kürek, durgun sularda özel teknelerle yapılan bir su sporu. Bireysel ya da ekip olarak yapılabilen bu sporda kullanılan teknelerde oturaklar, tekneye sabitlenmiş ayakkabılar ve küreklerin geçirildiği dirsekler bulunur. Kürekçiler oturaklara oturup ayakkabılarını giyerler. Kürekleri de dirseklerden geçirip tekneye sabitlerler. Kürek çekerek tekneyi hareket ettirirler.





Thinkstock

Kürek kuvvet, hız, dayanıklılık ve denge gerektiren bir spor. Bu nedenle sporcular antrenmanlarda ağırlık kaldırma ve koşu gibi çalışmalar da yaparlar. Ayrıca kapalı salonlarda kürek çekme aletiyle çalışırlar.



Dorling Kindersley / Getty Images TÜRKİYE

Pala

Küreğin elle tutulan bölümüne topaç, suya giren geniş bölümüne pala adı verilir. Küreğin dirseklere tutturulduğu bölüm de bilezik olarak adlandırılır.

Bilezik

Topaç

Kürek sporunda kullanılan tekneler genellikle çok hafif bir malzeme olan karbon fiberden üretilir.



Teknelerde bulunan oturaklar ileri geri hareket edebilir. Ayakkabılırsa tekneye sabitlenmiştir.

Dijitalimaj / Alamy



Dümenci Hamla

7 Numara 6 Numara 5 Numara 4 Numara 3 Numara 2 Numara 1 Numara

Yukarıda sekiz kişilik bir teknede bulunan sporculara verilen adları görüyorsunuz.

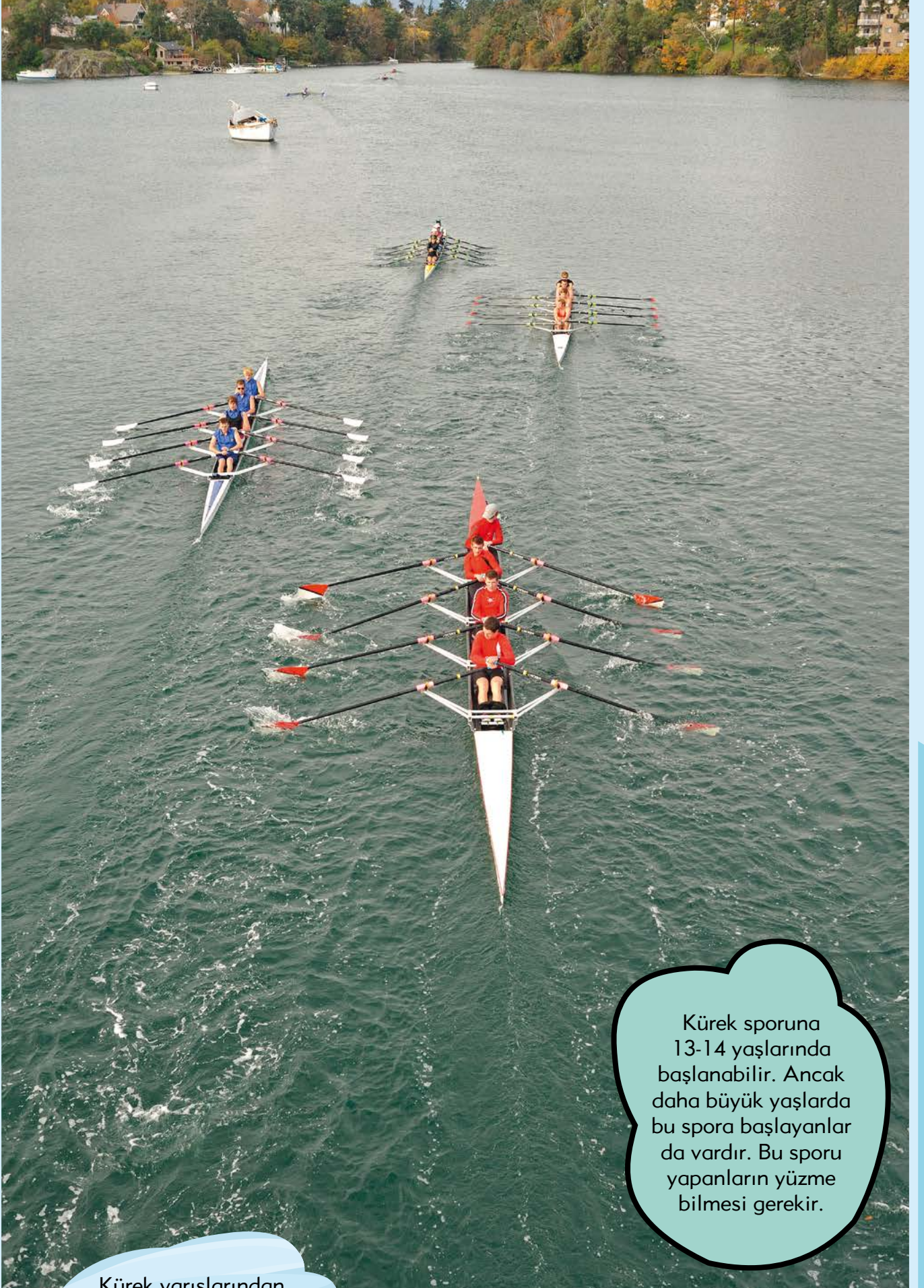
Kürek sporunda tekneler kürekçi sayısına, kürekçilerin çektikleri küreklerin tek ya da çift olmasına ve teknede dümenci bulunup bulunmamasına göre farklı sınıflar altında ele alınır. Tek kürek ya da çift kürek kullanılan teknelerde kürekçi sayısı bir, iki, dört ya da sekiz olabilir. Aynı teknede yarışan sporculara ekip adı verilir. Ekipler iki, dört ya da sekiz kürekçiden oluşur. Bir takımında birden çok ekip yer alabilir.

Sekiz kişilik teknedeki sporculardan oluşan bir ekipte kimler olur? Teknenin kışında yüzü kürekçilere dönük olarak oturan sporcuya dümenci adı verilir. Dümenci kürek çekmez; o teknenin gidiş yönünü belirler. Gerekliğinde hızlarını ayarlamaları için kürekçileri yönlendirir. Dümencinin karşısında oturan kürekçiye hamla adı verilir. Hamla kürekçiler

arasındaki uyumun sağlanmasında önemli bir rol oynar. Arkasında oturan kürekçiler onun ve küreklerinin hareketlerini izler. Böylece tüm sporcular aynı anda ve birbirleriyle uyumlu olarak kürek çekerler. Hamla ve dümenci dışındaki sporcular da numaralarla adlandırılır. Bu numaralandırma genellikle teknenin gidiş yönünde, en başta oturan kürekçiden başlanarak yapılır.

Olimpiyat kürek yarışlarında amaç durgun suda 2000 metreyi en kısa sürede aşmaktır. Bu yarışlarda birbirine paralel altı kulvar ve iki emniyet kulvarı kullanılır. Parkuru en kısa sürede tamamlayan sporcu ya da ekip yarış kazanır.





Kürek yarışlarından  
bir görüntü.

Kürek sporuna  
13-14 yaşlarında  
başlanabilir. Ancak  
daha büyük yaşlarda  
bu spora başlayanlar  
da vardır. Bu sporu  
yapanların yüzmeye  
bilmesi gerekir.

F. Kübra Gökdemir

Yazımın hazırlanmasına katkılarından dolayı  
ODTÜ Kürek Takımı Yardımcı Antrenörü Tolga Özden'e teşekkür ederiz.