



Foto: SOK

# RODD

---

I rodd tar man sig fram i en båt med hjälp av en åra eller åror.

Under antiken rodde man för att ta sig fram till olika platser. Rodd utvecklades sedan till en sport i England på 1600-talet. I modern rodd tävlar man mot varandra individuellt eller som besättningar med två, fyra eller åtta roddare i varje båt.

Banan man ror är 2000 meter lång och taktiken för att vinna är att öppna med en spurt de första 500 metrarna och ha samma fart under den sista halvkilometern. I mitten av loppet ror de bästa roddarna cirka 40 årtag i minuten medan de i starten och i slutet ror cirka 47 årtag i minuten. För att förstå hur tufft rodd är liknar många det med att öppna ett maratonlopp med en spurt de första fem kilometrarna.

## RODD I OS

14 medaljgrenar finns på OS-programmet, åtta för herrarna och sex för damerna. Damerna fick börja tävla i rodd i OS 1976.