

# Ruderbefehle

## Mannschaft ans Boot - Boot geht -hoch!

Vor Ausführung dieses Befehls sind Skulls (Riemen) zum Bootssteg gebracht worden, und der Steuermann hat die Fahrt ins Fahrtenbuch eingetragen.

## Boot drehen!

Die Ruderer der einen Seite ergreifen über das Boot die andere Bootsseite, die Ruderer der Gegenseite fassen von unten und greifen im Drehen die Scheuerleiste, ohne daß die Ausleger den Boden berühren.

## Fertigmachen zum Einsteigen - Mannschaft steigt - ein!

Jeder Ruderer hat ein Bein auf dem Einsteigebrett und das andere zum Abstoßen bereit auf dem Bootssteg.

## Ausleger - frei! Setzt - ab!

Ablegen: stegseitige Ausleger müssen so hoch über dem Bootssteg sein, dass sie nicht an ihm hängen bleiben. Ruderer im Bug können mit senkrecht gedrehtem Blatt das Boot vom Bootssteg abdrücken.

## Klarmeldung!

Nach dem Ablegen haben die Ruderer ihren Ruderplatz eingestellt und bekunden dem Steuermann vom Bugplatz aus: „Eins klar, Zwei klar, etc.“.

## Alles vorwärts - los!

Die Ruderer rollen in die Auslage. Blätter werden senkrecht gedreht und durchs Wasser gezogen.

## Ruder - halt!

Ankündigungsbefehl erfolgt beim Einsetzen der Blätter, Ausführungsbefehl erfolgt beim Ausheben. Die Ruderer führen die (den) Innenhebel bei leicht gebeugten Beinen mit gestreckten Armen auf die Höhe der Knie und balancieren.

## Blätter - ab!

Die Blätter werden flach aufs Wasser gelegt.

## Alles stoppen - stoppt!

Die Blätter schneiden in Fahrtrichtung ein. Auf „stoppt!“ werden die Blätter gegen die Fahrt senkrecht gestellt. Das Stoppen darf nicht zu hart geschehen, weil sich andernfalls die Dollen aufbiegen.

## Alles rückwärts - los!

Die Holme der Skulls (Riemen) befinden sich am Körper. Die Blätter liegen flach auf dem Wasser. Das Blattdrehen und die Blattstellung sind entgegengesetzt wie beim Vorwärtsrudern. Die Rollbahn wird voll benutzt. Die Blätter werden während des Luftweges flachgedreht.

## Lange Wende über Backbord (Stb.)- los!

Die Holme der aufgerufenen Seite befinden sich am Körper. Die Blätter stehen senkrecht zum Rückwärtsrudern im Wasser, Die Blätter der anderen Seite liegen flach auf dem Wasser. Unter Ausnutzung der vollen Rollbahn beginnt die aufgerufene Seite rückwärts zu rudern. Die Gegenseite rollt mit auf Wasser liegendem Blatt in die Auslage. In der Auslage beginnt die Gegenseite das Blatt vorwärts durchs Wasser zu ziehen, während die untätige Seite ihre Blätter leicht angekippt flach auf dem Wasser liegen lässt.

### **Kurze Wende über Backbord (Stb.) - los!**

Die Holme der aufgerufenen Seite befinden sich am Körper. Die Blätter stehen senkrecht zum Rückwärtsrudern im Wasser. Die Skulls (Riemen) der Gegenseite werden in Armauslage gehalten. Die Blätter werden zum Vorwärtsrudern senkrecht ins Wasser gestellt. Gleichzeitig beginnt eine entgegengesetzte Wasserarbeit auf beiden Bordseiten. Die Rollbahn wird dabei nicht benutzt.

### **Skulls (Riemen) - lang! (Backbord (Stb.)- lang!)**

Die Ankündigung erfolgt beim Halten in der Grundstellung oder zu Beginn des Durchzugs. Die Ausführung erfolgt beim Halten oder mit der Beendigung des Durchzugs. Die Innenhebel werden soweit am Körper vorbeigezogen, bis die Skulls (Riemen) bei Flachgedrehtem Blatt parallel zum Boot auf dem Wasser liegen. Die Hände fassen die Griffe von unten und können das Boot so balancieren.

**Skulls (Riemen) -vor!**Aus der Längsseitlage werden die Skulls (Riemen) zurück in die Grundstellung gebracht.

**Backbord (Stb.)überziehen!** Ohne Veränderung des Tempos wird auf der angekündigten Seite besonders kräftig gezogen, auf der entgegengesetzten Seite etwas weniger. Das Kommando hilft - beispielsweise in engen Kurven – die Steuerwirkung zu unterstützen.

**Hochscheren!** Bei plötzlich auftretendem Wellengang werden die Blätter beim Vorrollen besonders hoch über das Wasser hinweggeführt, damit sie nicht in den Wellen hängen bleiben. Dazu werden die Innenhebel tief ins Boot gedrückt.

**Halbe Kraft!** Um dem Boot Geschwindigkeit zu nehmen, wird mit wenig Kraft weitergerudert.

**Ohne Kraft!** Um dem Boot Geschwindigkeit zu nehmen, wird ohne Kraft weitergerudert.

### **Frei weg!**

Dieses Kommando wird gegeben, um die Kommandos „Backbord (Stb.)überziehen!“, „Hochscheren“ und „Halbe Kraft!“ wieder aufzuheben und normal weiterrudern zu lassen, ohne dass der Lauf des Bootes angehalten wird.

### **Fertigmachen zum Aussteigen – Mannschaft steigt - aus!**

Zuvor ist der Steuermann bereits ausgestiegen und hält das Boot in der Mitte fest. Die Ruderer treten mit dem wasserseitigen Bein auf das Einsteigebrett. Beim Befehl „... aus!“ stehen die Ruderer auf und setzen ihr anderes Bein auf den Bootssteg. Die Skulls (Riemen) der Wasserseite werden hierbei mitgenommen.

**Reinfassen! - Über Kopf hoch!**

**Backbord geht durch!**

**Auf Schulter (in Hände ab)!**