



## Ruderkommandos

Die Kommandos sind in einen Ankündigungsbefehl und in einen Ausführungsbefehl gegliedert (getrennt durch einen Bindestrich).  
Die Kommandos 4, 15 – 18 haben keinen Ankündigungsteil.

### 1. Mannschaft ans Boot - hebt an!

Vorher sind die Skulls/Riemen zum Steg gebracht worden. Der Obmann hat die Fahrt ins Fahrtenbuch eingetragen.

### 2. Boot drehen, Wasserseite (Bootshaus o. ä.) hoch – los!

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

### 3. Fertigmachen zum Einsteigen – stoßt ab!

Ein Bein auf dem Trittbrett und das andere zum Abstoßen bereit auf dem Steg.

### 4. Nach dem Ablegen: Fertigmeldung.

Obmann fordert: „Fertigmeldung vom Bug“. Antwort: „1 fertig“, „2 fertig“ ...

### 5. Alles vorwärts - los!

Blätter am Ort senkrecht drehen und Durchzug.

### 6. Ruder – halt!

Ankündigung beim Einsetzen der Blätter. Ausführung beim Ausheben. Danach Grundstellung: Innenhebel über dem Stemmbrett, den Rollsitze  $\frac{1}{2}$  vorgekollt.

### 7. Blätter – ab!

Blätter flach auf das Wasser legen.

### 8. Stoppen – Stoppt!

Geringes Gegenkanten des flach liegenden Blattes: Blatt und ein Teil des Schaftes schneiden langsam unter Wasser. Mit gestreckten Armen bis zur Senkrechten weiterkanten. Nicht zu hart Stoppen: Dollen können aufbiegen.

### 9. Alle Rückwärts – los!

Innenhebel am Rumpf, Blatt flach. Blattdrehen und Blattstellung entgegengesetzt zum Vorwärtsrudern. Volle Nutzung der Rollbahn. Flachdrehen der Blätter während des Luftweges.

### 10. Wende über Back-(Steuer-)bord – Wende los!

Back-(Steuer-)bordhebel am Rumpf, Blatt senkrecht zum Rückwärtsrudern im Wasser. Steuer-(Back-)bordblatt flach auf dem Wasser.

I. d. R. beginnt die Seite zu rudern, die als Wendeseite benannt wurde.

Wechselseitige Wasserarbeit der Bordseiten mit voller Benutzung der Rollbahn.

In besonderen Situationen (Notfällen, Schleusen o. ä.) gibt es die Form der kurzen Wende:

### 11. Kurze Wende über Back-(Steuer-)bord – Wende los!

(Bei Rennbooten ungeeignet)

Back- (Steuer-)bordhebel am Rumpf, Blatt senkrecht zum Rückwärtsrudern im Wasser. Steuer-(Back-)bordhebel in Armauslage ohne Rollbahn. Blatt senkrecht zum Vorwärtsrudern im Wasser. Entgegengesetzte gleichzeitige Wasserarbeit auf beiden Bordseiten. Beim Luftweg Blatt in der Regel senkrecht. Keine Rollbahnnutzung.

### 12. Ruder – lang!

Ruder längsseits legen. Ankündigung in der Grundstellung oder bei Beginn des Durchzuges. Ausführung beim Halten oder beim Ausheben. Innenhebel in der Hand halten! Kommando erfolgt oft plötzlich in Notfällen oder bei Hindernissen, in Schleusen!

### 13. Ruder – vor!

Aus der Längsseitslage in die Grundstellung führen.

### 14. Fertigmachen zum Aussteigen - steigt aus!

Steuermann ist ausgestiegen und hält Boot in der Mitte am Ausleger oder an Bordkante. Ruderer setzen den zum Wasser zeigende Fuß aufs Trittbrett. Ausführung: aufstehen und anderen Fuß auf den Steg setzen. Ruder der Wasserseite mit herausnehmen.

### 15. Back-(Steuer-)bord überziehen!

Ohne Veränderung des Tempos auf angekündigter Seite kräftig ziehen und sich mit betreffendem Fuß am Stemmbrett stärker abstützen. Auf der entgegengesetzten Seite etwas weniger. Hilft, die Steuerwirkung zu unterstützen.

### 16. Hochscheren!

Bei Wellengang Blätter besonders hoch über das Wasser hinwegführen, damit sie nicht in den Wellen hängen bleiben. Innenhebel tief ins Boot drücken. Das Aufdrehen erfolgt kurz vor dem Einsetzen.

### 17. Halbe Kraft!

Bei gleichbleibendem Tempo mit wenig oder ohne Kraft weiterrudern.

### 18. Frei weg!

Hochscheren, Überziehen oder Halbe Kraft werden aufgehoben. Normal weiterrudern, der Lauf des Bootes wird nicht angehalten.