



Ruderbefehle



Ruderbefehle bestehen aus einem **Ankündigungs-** und einem **Ausführungsteil**. Nach der Ankündigung sollte soviel Pause eingelegt werden, dass sich die Mannschaft auf das konzentrieren kann, was gleich danach zu tun ist, denn bei einigen Befehlen muss die Mannschaft zunächst die Stellung für die Ausführung einnehmen.

Mannschaft ans Boot - hebt - auf!

Der Ausführungsbefehl wird nur gegeben, wenn die am Boot versammelte Mannschaft insgesamt kräftig genug ist, das Boot sicher zu tragen und zu drehen.

Boot drehen - Wasserseite (Landseite o. ä.) - hoch!

Die Ruderer der einen Seite ergreifen über das Boot die andere Bootsseite, die Ruderer der Gegenseite fassen von unten und greifen im Drehen in die Gondelleiste. Die Ausleger und Dollen dürfen nicht den Boden berühren.

Fertig zum Einsteigen - steigt - ein!

Bei "steigt" ergreifen die Ruderer mit der Hand zur Wasserseite beide Griffenden der Skulls gegeneinandergestellt oder den Riemengriff und treten mit dem Fuß zu Wasserseite noch ohne Belastung auf das Einsteigbrett. Bei "ein" nehmen die Ruderer den anderen Fuß vom Steg ins Boot zum Stembrett und setzen sich auf den Rollsitze. Beim gemeinsamen Einsteigen der Mannschaft wird dem "Stegbein" das Boot vom Steg abgestoßen.

Nr. 1 – Nr. 2 ... klar? – klar!

Nach dem Ablegen: Abfragen, ob jeder einzelne Ruderer ruderfertig ist. Mit der Klarmeldung „klar“ antwortet jeder Ruderer auf die Abfrage.

Alles vorwärts - los!

Nach der Ankündigung rollt die Mannschaft in die Auslage und legt die Blätter flach auf das Wasser. Bei der Ausführung werden die Blätter senkrecht gedreht und der Durchzug beginnt.

Alles rückwärts - los!

Ankündigung: Innenhebel zum Körper, Blätter flach auf dem Wasser. Ausführung: entgegengesetzt zum Vorwärtsrudern Blatt aufdrehen, Durchzug rückwärts beim Vorrollen, dann Blatt abdrehen beim Zurückrollen in die Rücklage.

Backbord (Steuerbord) vorwärts - los!

Durchzug nur auf einer Seite, das andere Blatt wird abgedreht mitgeführt.

Ruder - halt!

Ankündigung beim Blatteinsatz, Ausführungsbefehl am Ende des Durchzugs. Nach dem Schlag werden die abgedrehten Blätter über Wasser so weit bugwärts geführt, bis die Ruder senkrecht zum Boot stehen.

Blätter - ab!

Die Blätter werden flach auf das Wasser gelegt.

Stoppen - stoppt!

Die Blätter werden in das Wasser hineingedrückt und - soweit der Druck es zulässt – vorsichtig aufgedreht. Zu starkem Druck halten entweder die Dollen nicht aus, die für Druck in diese Richtung nicht gebaut sind, oder die Blätter brechen ab, oder aber der Innenhebel drückt den Ruderer aus dem Boot.

Backbord (Steuerbord) stoppen - stoppt!

Einseitiges stoppen. Alle stoppen: größte Wirkung, das Boot zum Stehen und auch den Bug zur Seite zu bringen, wenn genau in Fahrtrichtung ein Hindernis auftaucht. Schlagmann allein einseitig stoppen: wenn nach Vorwärtsrudern und "Ruder halt!" das Boot keine volle Fahrt mehr macht, die stärkste Wirkung zum Abdrehen, beispielsweise für eine Wende oder in einer scharfen Gewässerkurve.

Wende über Backbord (Steuerbord) - los!

Ankündigung: wie zum Rückwärtsrudern Innenhebel am Körper, Blatt flach auf dem Wasser. Ausführung: zunächst auf der in der Ankündigung genannten Seite rückwärtsrudern, das andere Ruder beim Vorrollen über Wasser mitführen, mit diesem dann aus der Auslage vorwärtsrudern und dabei das zuerst benutzte Ruder über Wasser mitführen.

Fertig zum Aussteigen - steigt - aus!

Ankündigung: wasserseitige Dolle öffnen, im Skullboot ergreift die wasserseitige Hand beide gegeneinanderstehenden Skullgriffe. Bei "steigt" wasserseitiger Fuß auf das Trittbrett. Ausführung: aufstehen und mit dem stegseitigen Fuß zuerst auf den Steg treten, dabei die Ruder der Wasserseite gleichzeitig flach aus der Dolle ziehen.

Skulls (Riemen) - lang!

Vorher entweder "Ruder halt!" oder Hinweis an die Mannschaft, welche Situation bevorsteht. Wenn das Kommando beim Rudern kommt: Ankündigung während des Einsetzens. Ausführungsbefehl am Ende des Durchzugs. Die Ruder werden beiderseits oder nur auf der angekündigten Seite parallel zum Boot genommen und dabei festgehalten.

Skulls (Riemen) - vor!

Ruder aus der Längsrichtung in die Grundstellung senkrecht zum Boot führen.

Backbord (Steuerbord) - überziehen!

Ohne Tempowechsel auf der angekündigten Seite sehr kräftig, auf der anderen Seite mit wenig (ggf. ohne) Kraft rudern.

Hochscheren!

Die Blätter beim Vorrollen besonders hoch über Wellen hinweg führen.

Halbe Kraft!

Ohne Tempowechsel mit wenig Druck auf den Blättern rudern.

Frei - weg!

Nach Überziehen, Hochscheren oder Halbe Kraft wieder normal weiterrudern.

(nach: Deutscher Ruderverband, Bootsobleute und Steuerleute, Hannover 1999, S. 56 ff.)