

Inhalt

1. Allgemeines	1
2. Anforderungen an die Ruderer	1
3. Aufgaben der Terminbetreuer und Obleute.....	1
4. Vor der Ausfahrt im Hausrevier.....	2
5. Während der Ausfahrt im Hausrevier.....	2
6. Nach der Ausfahrt im Hausrevier	3
7. Hausrevier und Gefahrenstellen.....	3
8. Rudern im Winter.....	5
9. Wanderfahrten.....	5

1. Allgemeines

1. Soweit in dieser Ruderordnung die männliche Bezeichnung eines Amtes oder einer Funktion gebraucht wird, sind Männer und Frauen in gleicher Weise gemeint.
2. Diese Ruderregeln gelten für jede Fahrt mit vereinseigenen Booten sowie für Fahrten mit Privatbooten im Ruderrevier.
3. Die Teilnahme am Ruderbetrieb erfordert ständige Vorsicht und gegenseitige Rücksicht.
4. Jeder Ruderer hat bei der Ausübung des Sports die Grundsätze des Naturschutzes zu beachten. Die Sicherheitsrichtlinien des DRV sind Bestandteil dieser Ruderordnung.
5. Da an der Fahrradstraße (Steinhäulesweg) entlang der Donau das Parken verboten ist und die Parkplätze bei Rudern2000 nicht ausreichen, sollten die Mitglieder und Gäste die Parkplätze am Fußgängersteg Offenhausen nutzen. Fahrräder dürfen nicht in der Bootshalle abgestellt werden.
6. Ein geordnetes Vereinsleben bedarf der Beteiligung aller Mitglieder.

2. Anforderungen an die Ruderer

1. Alle Ruderer müssen sicher auf Niveau des bronzenen Schwimmbadzeichens schwimmen können.
2. Für alle **Kinder** und **Jugendliche** muss eine schriftliche Erlaubnis der Erziehungsberechtigten zur Teilnahme am Ruderbetrieb vorliegen!
3. **Gäste** sind nur nach Abstimmung mit dem Vorstand zum Rudern zugelassen. Sie rudern auf eigene Gefahr, weil die für Mitglieder abgeschlossene Versicherung für Gäste nicht gilt.
4. **Anfänger** erwerben über die „8er Karte“ einen besonderen Versicherungsschutz beim BLSV. Nach acht Fahrten sind die Anfänger in der Regel in der Lage zu entscheiden, ob sie den Rudersport weiter erlernen möchten. Nach der abgeschlossenen Grundausbildung können sie als Mitglied in Mannschaftsbooten unter Aufsicht rudern.
5. Sobald die **Ruderer** ausreichend Praxis und Erfahrung gesammelt und gezeigt haben, dass sie verantwortlich ein Ruderboot führen können, dürfen sie unter Aufsicht Einer und Zweier rudern. Erst wenn sie die Prüfung als Obmann ablegt haben, dürfen sie ohne Aufsicht ein Boot im Hausrevier verantwortlich führen.

3. Aufgaben der Terminbetreuer und Obleute

1. Der Betreuer eines allgemeinen Rudertermins hat sich vor der Bootseinteilung über Wetterlage, Wasserstand, Strömung und Ausbildungsstand zu informieren und diese bei der Mannschaftseinteilung und Bootsauswahl zu berücksichtigen.
2. Der Obmann eines Ruderbootes ist verantwortlich für die Mannschaft, das Rudergerät und die Einhaltung der Ruderordnung. Er hat sich vor der Ausfahrt über die Befähigung der Mannschaft, die Gegebenheiten des Ruderreviers sowie außerhalb der Rudertermine auch über wasser- und wetterbedingte Besonderheiten des Tages zu informieren und zu entscheiden, ob unter Berücksichtigung dessen eine sichere Ausfahrt möglich ist.

4. Der Ruderbetrieb ist gesperrt bei:
 - a) Gewitter oder Sturm
 - b) Treibholz (Bäume oder dicke Äste)
 - c) Hochwasser, wenn die Strömungsgeschwindigkeit zu hoch ist.
 - d) Nebel oder Schneetreiben, wenn das gegenüberliegende Ufer nicht zu sehen ist.
 - e) Eis, auch wenn es nur am Ufer festzustellen ist.
 - f) Dunkelheit, der Zeitraum nach der Abend- und vor der Morgendämmerung
5. Der Obmann eines Bootes muss in der Lage sein, der Mannschaft jederzeit an Land, am und auf dem Steg sowie auf dem Wasser klare, unmissverständliche, dem Umgang mit dem Boot und der jeweiligen Situation entsprechende Kommandos zu erteilen.
6. Obleute müssen gegenüber einem Mitglied des Vorstands nachweisen, dass sie verantwortlich ein Ruderboot als Bootsobmann führen können. Die Erlaubnis wird im Fahrtenbuch dokumentiert.
7. Wenn der Obmann einem geeigneten Steuermann das Kommando überträgt, wählt dieser Steuermann den richtigen Kurs und gibt dafür die erforderlichen Kommandos. Der Obmann kann jeder Zeit das Kommando zurück übernehmen und dem Steuermann Anweisungen geben. Lässt der Obmann jemanden steuern, der noch keine Erfahrung hat, muss er den Steuernden laufend einweisen.
8. Obmänner und Steuerleute dürfen nicht durch Alkohol, Medikamente, Übermüdung oder Drogen beeinträchtigt sein.
9. Jugendliche Bootsobleute müssen mindestens 15 Jahre alt sein. Bei Minderjährigen gilt dies nur, wenn dazu eine schriftliche Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten vorliegt.

4. Vor der Ausfahrt im Hausrevier

1. Alle Ruderfahrten sind zeitlich so einzurichten, dass diese spätestens bei einbrechender Dunkelheit beendet sind. Eine Ausfahrt endet vor Eintritt der Abenddämmerung (Sonnenuntergang plus 30 Min.) bzw. beginnt nicht vor der Morgendämmerung (Sonnenaufgang minus 30 Min.).
2. Die empfindlichen Rennboote dürfen nur von Mitgliedern gerudert werden, die diese Boote sowohl an Land als auch auf dem Wasser sicher beherrschen. Dies ist mit dem Ruderwart bzw. Vorstand abzustimmen und wird im Fahrtenbuch mit dem entsprechenden Status vermerkt.
3. Vor Fahrtantritt ist jede Ausfahrt vollständig im elektronischen Fahrtenbuch (efa) einzutragen. Das Fahrtenbuch dokumentiert die Bootsnutzung und die tatsächlichen und rechtlichen Verantwortlichkeiten bei der Nutzung der Ruderboote.
4. In jedem Boot sollte ein Mobiltelefon mitgeführt werden, um den Rettungsdienst zu alarmieren, wenn ein Boot havariert ist.
5. Wenn man auf dem Weg zum Steg mit dem Boot die Fahrradstraße entlang der Donau (Steinhäulesweg) überqueren will, haben die Radfahrer, Skater, Läufer und Spaziergänger Vorfahrt.
6. Es ist selbstverständlich, dass andere Ruderkameraden einer Mannschaft beim Tragen schwerer Boote helfen. Mit dem Bootswagen lassen sich schwerere Gigboote auch rückschonend zum Steg rollen.
7. Mannschaften, die ihr Boot zu Wasser lassen wollen, müssen ggf. warten, bis die vom Wasser kommende Mannschaft den Steg verlassen hat.
8. Gigboote mit Kielschiene werden rückschonend über die Stegrolle sicher ein- und ausgewässert. Kiellose Boote werden seitlich eingesetzt, ohne dass dabei die Finne den Steg berührt.
9. Wassersportler z.B. Drachenbootfahrer vom benachbarten Verein sind willkommene Gäste am Steg.

5. Während der Ausfahrt im Hausrevier

1. **Rechtsfahrgebot:** Im Ruderrevier gilt grundsätzlich das Rechtsfahrgebot. Stromabwärts wird am Neu-Ulmer Ufer, stromaufwärts am Ulmer Ufer gerudert.
2. Bei **Pausen** muss sich das Boot außerhalb der üblichen Fahrtrouten aufhalten.
3. **Überholen:** Das langsamere Boot weicht dem schnelleren rechtzeitig in Richtung Strommitte aus. Der Überholvorgang wird verkürzt, wenn das langsamere Boot in der Ausweichposition ohne Kraft weiterrudert, das schnellere Boot passieren lässt und danach wieder in Richtung Ufer einschwenkt.

4. **Ausflugsschiffe:** Der Ulmer Spatz, die Solarboote und die Ulmer Schachteln haben grundsätzlich Vorfahrt. Ruderboote halten einen ausreichenden Sicherheitsabstand zu ihnen ein und fahren niemals vor, sondern immer hinter ihnen her.
5. **Eisenbahnbrücke:** Um Kollisionen zu vermeiden, benutzen donauabwärts fahrende Ruderboote die zweite Durchfahrt auf Neu-Ulmer Seite, flussaufwärts fahrende Boote die mittlere Durchfahrt. Sollten zwei Boote die gleiche Durchfahrt benutzen, hat grundsätzlich das flussabwärts fahrende Vorfahrt.

Ruderfahrten durch die Brücke dürfen nur mit erfahrenen Obleuten gemacht werden.

6. **Wassersportler:** Stand-Up-Paddler, Schlauchboote, Paddler, Drachenboote und Schwimmer sind gleichberechtigt auf der Donau. Sie fahren leider ohne Verkehrsregeln, wie und wo sie wollen. Der Steuer- und der Obmann müssen sich vergewissern, dass das Wasser vor dem Ruderboot frei ist. Im Notfall muss das Ruderboot durch einen Not-Stopp zum Halten gebracht werden.

6. Nach der Ausfahrt im Hausrevier

1. Nach der Ausfahrt werden die Rollschienen gereinigt, das Boot auf eventuelle Schäden überprüft und die Bootshaut mit Wasser gereinigt und abgetrocknet. Skulls und Steuer werden gereinigt und ordnungsgemäß eingeräumt. Bevor das Boot mit dem Heck voran ins Bootslager transportiert wird, wird ggf. der Dollenschutz (Tennisbälle) angebracht. Ausnahme: Boote im Hängegestell direkt am Tor.
2. Das Boot wird im elektronischen Fahrtenbuch (efa) ausgetragen. Schäden werden über efa dem Bootswart gemeldet. Kleine Mängel werden nach Möglichkeit sofort behoben. Ist ein Boot nicht mehr ruder-tauglich, wird es mit einem Hinweisschild „gesperrt“ gekennzeichnet.
3. Wenn kein Boot aus dem Verein mehr auf dem Wasser ist, werden alle Hilfsmittel (Böcke, Wäscheständer etc.) ordnungsgemäß in die Halle geräumt, das Hallentor und Umkleideräume abgeschlossen.
4. Alle Unfälle und Schäden müssen dem Vorstand gemeldet werden.

7. Hausrevier und Gefahrenstellen

Das Hausrevier erstreckt sich von der Staustufe Wiblingen bis zum Wasserkraftwerk Böfinger Halde (KWBH) und die Iller aufwärts bis zur Illerbrücke.

Unterhalb der Eisenbahnbrücke ist der Wasserstand durch den Aufstau konstant und die Fließgeschwindigkeit herabgesetzt, oberhalb ist die Donau ein natürliches Fließgewässer mit jahreszeitlich schwankenden Wasserständen und Fließgeschwindigkeiten.

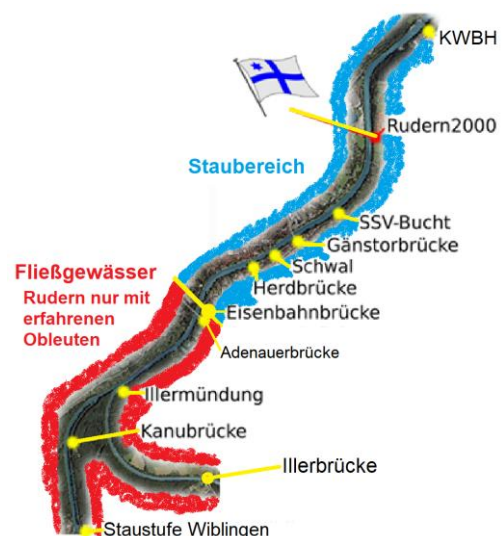
Um Personen- und Bootsschäden zu vermeiden, gelten folgende Regeln:

Weil das Rudern im Fließgewässer und vor allem die Durchfahrt durch die Eisenbahnbrücke höhere Anforderungen an das ruderische Können erfordert, **dürfen Fahrten oberhalb der Eisenbahnbrücke nur mit erfahrenen Obleuten gemacht werden.**

Im Fließbereich oberhalb der Eisenbahnbrücke darf nur bei Abflüssen zwischen 60 und 160 m³/s bzw. Pegelständen zwischen 150 und 210 cm gerudert werden. Im Staubereich sollte man bei noch höheren Abflüssen unter Umständen nur bis zur Engstelle am Schwall rudern, um zu hohe Strömungsgeschwindigkeiten oberhalb zu meiden.

Folgende Gefahrenstellen im Staubereich unterhalb der Eisenbahnbrücke sind zu beachten

1. Das **Sperrgebiet** vor dem Wasserkraftwerk Böfinger Halde darf nicht befahren werden.
2. Der **Fußgängersteg Offenhausen:** Donauaufwärts wird der Durchlass am Ulmer Ufer, donauabwärts der auf Neu-Ulmer Ufer durchfahren. Wählt man den mittleren Durchlass, haben die Ausflugsschiffe Vorfahrt! Bei Durchfahrt muss auf einen angemessenen Abstand zu den Pfeilern geachtet werden.
3. Die weit in die Donau reichenden **Brutflöße** gegenüber der SSV-Bucht und alle **Anlegestellen** sind in angemessenem Abstand zu umfahren.



4. Die **Gierfähre** beim Edwin-Scharff-Haus kann nicht stoppen oder einem Boot ausweichen. Kollidiert ein Ruderboot mit der Fähre, wird es von der Strömung gegen die Fähre bzw. unter die Fähre gedrückt. Ein Ruderboot sollte daher niemals vor der Fähre, sondern immer hinter der Fähre herfahren. Das Zugseil, das knapp über dem Wasser oder dicht unter der Wasseroberfläche hängt, ist nur schwer zu erkennen. Deshalb darf die Gierfähre nur mit entsprechendem Sicherheitsabstand passiert werden!
5. **Baggerarbeiten:** Der Kies aus der Iller lagert sich an den Schopperplätzen vor dem Edwin-Scharff-Haus ab. Wenn diese Kiesablagerungen abgebaggert werden, ist auf ausreichenden Abstand zu den Baggern und zur Kiesbank zu achten. Ist die Durchfahrt zur Eisenbahnbrücke zu stark verengt, muss bereits in Höhe des Metzgerturmes oder der Herdbrücke gewendet werden.
6. **Eisenbahnbrücke:** Die Strömungsgeschwindigkeit zwischen den Pfeilern der Eisenbahnbrücke ist sehr hoch und die Durchfahrt dementsprechend gefährlich.

Stromaufwärts auf die Brücke zufahrende Ruderer müssen sich rechtzeitig einen Überblick verschaffen, ob sie möglicherweise anhalten und einem stromabwärts bereits in den Brückenbereich eingefahrenen Boot Vorfahrt gewähren müssen.

Das unruhige Wasser an den Pfeilern ist ein beliebtes Übungsgewässer für Paddler. Im Allgemeinen achten sie auf die Ruderboote, hin und wieder kreuzen sie aber unvorhergesehen den Kurs der Boote.

Folgende Gefahrenstellen im Fließgewässer oberhalb der Eisenbahnbrücke sind zu beachten:

7. Je nach Abflussmenge sind die **Fundamente der Eisenbahnbrücke** sichtbar oder knapp unter der Wasseroberfläche.

Bei der **Durchfahrt** muss das Boot einen mittigen Kurs mit einem ausreichenden Abstand zu den Fundamenten bzw. Pfeilern links und rechts haben, sonst können die Ruderblätter beschädigt werden oder das Boot kann unter Umständen kentern.

Um Kollisionen mit anderen Booten zu vermeiden, benutzen flussaufwärts fahrende Ruderboote die mittlere Durchfahrt, donauabwärts fahrende Ruderboote die zweite Durchfahrt auf Neu-Ulmer Seite.

Sollten zwei Boote die gleiche Durchfahrt benutzen, hat grundsätzlich das flussabwärts fahrende Vorfahrt.

Flussabwärts fahrende Boote werden durch die Strömung zusätzlich angetrieben. Dadurch ist die Zeitspanne zwischen dem Erkennen der Gefahr, dem Kommando und der aktiven Ausführung des Kommandos durch die Mannschaft erheblich verkürzt. Man erreicht die Durchfahrt wesentlich schneller als gedacht.
8. Das **DLRG-Floß** oberhalb der Adenauerbrücke auf Neu-Ulmer Seite. Weil das Wasser in dieser Außenkurve gegen das Ufer prallt und umgelenkt wird, ist die Strömung an dieser Stelle sehr stark. Flussabwärts fahrende Boote, die hier zu dicht unter Land fahren, werden durch die Strömung auf den Steg gedrückt!
9. Der **URCD-Steg** unterhalb der Adenauerbrücke auf Neu-Ulmer Seite. In der Rush-Hour muss man besonders auf die vielen Boote achten, die an- oder ablegen bzw. mittig auf der Donau darauf warten anlegen zu können.
10. Weil das Wasser in dieser Außenkurve gegen das Ufer prallt und umgelenkt wird, ist die Strömung an dieser Stelle sehr stark. Flussabwärts fahrende Boote, die hier zu dicht unter Land fahren, werden durch die Strömung auf den Steg gedrückt!
11. Die sich ständig verändernden **Kiesbänke** tauchen bei Abflüssen unter etwa 80 m³/s vermehrt aus dem Wasser auf und erfordern viel Erfahrung vom Steuermann. Schrammt das Boot während der Fahrt über den Kiesgrund, kratzt es; läuft es auf der Kiesbank auf, bleibt es stecken; u.U. bilden sich Lecks.

Gigboote mit Steuermann sind bei diesen niedrigen Wasserständen empfehlenswert, kiellose Boote mit Finne nicht!
12. **Warnung:** Das Rechtsfahrgebot wird bei Niedrigwasser in diesem Donaubereich nicht immer eingehalten. Unter Umständen wechseln Ruderboote bei extremem Niedrigwasser vor dem Warmwässerle auf die bayerische Seite und vor der Kiesbank an der Illereinmündung wieder zurück auf die Ulmer Seite.
13. Das Fahrwasser wird bei sinkenden Abflüssen schmaler, so dass man auf den Gegenverkehr achten muss.



14. In dem etwa 200 m langen Bereich unterhalb der Einmündung der Weihung, gegenüber vom Fischerheim, ist die Wassertiefen gering. Es besteht die Gefahr der Grundberührung (→ Kratzer) und die des Auflaufens (→ Leck). Oberhalb der Fußgängerbrücke am Wasserkraftwerk Wiblingen verkrautet die Donau im Sommer, sodass das Ausheben der Skulls erschwert ist.

8. Rudern im Winter

1. Bei Wassertemperaturen unter 15 °C verringert sich die Schwimmfähigkeit der Mannschaft im Fall eines Kenterns erheblich. Wassertemperaturen unter 10 °C sind wegen der Gefahr eines Kälteschocks und des schnellen Energieverlusts beim Kentern lebensbedrohlich.
2. Wenn die Wassertemperatur unter 10 Grad liegt, was i. d. R. von Anfang November bis Ende April der Fall ist, ist das Rudern in vereinseigenen Renneinern und Rennzweiern ohne Rettungsweste verboten. Für die Beschaffung und Verwendung geeigneter Rettungswesten sind die Mitglieder selbst verantwortlich.
3. Bei Wassertemperaturen unter 10 Grad dürfen in einem Gig-Vierer max. zwei Anfänger, im Gig-Dreier max. ein Anfänger und im Gig-Zweier kein Anfänger mitrudern. Notschwimmfähige Boote sollten im Winter bevorzugt genutzt werden.
4. Als Faustformel für die Überlebenszeit gilt: „Eine Minute überleben pro Grad Wassertemperatur“

9. Wanderfahrten

1. Wanderfahrten sind Fahrten außerhalb des Hausreviers. Wanderfahrten müssen durch den Fahrtenleiter rechtzeitig beim Vorstand angemeldet werden. Der Bootswart reserviert geeignete Boote und den vereinseigenen Bootsanhänger.
2. Die Fahrtenleitung hat sich vor Beginn der Fahrt über die für das befahrene Gewässer geltenden schiff-fahrtsrechtlichen Ordnungen und das Naturschutzrecht zu informieren.
3. In jedem Boot muss sich ein Obmann befinden, der nach Ermessen des Fahrtenleiters eingesetzt wird. Jedes Boot muss grundsätzlich durch einen in Fahrtrichtung blickenden Steuermann gesteuert werden.
4. Bei der Planung der Fahrt sind der Ausbildungsstand und die Leistungsfähigkeit der Mannschaft zu berücksichtigen. Ergänzende gewässerspezifische Kenntnisse (Verkehrsregeln, Verkehrszeichen, Schleusen, Bootsruischen) sind vor Beginn der Wanderfahrt zu vermitteln. Minderjährige müssen der Fahrtenleitung eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten vorlegen.
5. Die Fahrer des Bootsanhängers müssen über eine entsprechende Fahrerlaubnis und über Kenntnisse der Verladetechnik verfügen. Kommt ein privates oder geliehenes Zugfahrzeug zum Einsatz, muss dieses für die Anhängelast und Stützlast zugelassen sein.

Anhang: DRV Ruderbefehle - Sofort den richtigen Befehl,

Quelle: <https://www.rudern.de/news/2010/ruderbefehle-sofort-den-richtigen-befehl>

Weitere Informationen befinden sich auf der Homepage.

Der Vorstand Rudern2000 e.V.

Neu-Ulm, den 18.05.2022

Anhang: Quelle: DRV <https://www.rudern.de/news/2010/ruderbefehle-sofort-den-richtigen-befehl>

Ruderbefehle bestehen aus einem Ankündigungs- und einem Ausführungsteil. Dazwischen steht im Folgenden ein Gedankenstrich. Wer Ruderbefehle erteilt, muss nach dem Ankündigungsteil soviel Pause einlegen, dass die Mannschaft sich auf das vorbereitet, was gleich danach zu tun ist. Bei einigen Ruderbefehlen hat die Mannschaft nach der Ankündigung zunächst die Stellung für die Ausführung einnehmen.

1. **„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.
2. **„Boot drehen – Wasserseite (Bootshausseite o. ä.) hoch!“**
Unbedingt darauf achten, dass die Ausleger und Dollen über den Boden geführt werden.
3. **„Fertig zum Einsteigen – steigt ein!“** Die Ruderer greifen mit der wasserseitigen Hand beide Griffenden der Skulls oder den Riemengriff und treten mit dem wasserseitigen Fuß auf das Einsteigbrett. Bei „steigt ein“ wird mit dem landseitigen Fuß das Boot vom Steg abgestoßen.
4. **Klarmeldung**
Am Bug beginnend melden die Ruderer, sobald sie ruderbereit sind „1 fertig!“, „2 fertig!“, usw.
5. **„Alles vorwärts – los!“** Nach der Ankündigung rollt die Mannschaft in die Auslage und legt die Blätter flach aufs Wasser. Bei der Ausführung werden die Blätter senkrecht gedreht und der Durchzug beginnt.
6. **„Backbord (Steuerbord) vorwärts – los!“**
Durchzug nur auf einer Seite, das andere Blatt wird abgedreht mitgeführt.
7. **„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.
8. **„Blätter – ab!“** Die Blätter werden flach aufs Wasser gelegt.
9. **„Stoppen – stoppt!“**
Durch dosiertes Gegenkanten der flach liegenden Blätter schneiden diese langsam unter Wasser. Die gegengekanteten Blätter werden mit gestreckten Armen bis zur Senkrechten weitergekantet.
10. **„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.
11. **„Nummer 1 – Backbord (Steuerbord) vorwärts – los!“**
Bugmann allein einseitig rudern: Der Bug wird wirkungsvoll in die gewünschte Richtung gebracht.
12. **„Alles rückwärts – los!“**
Aus der Rücklage, Blattstellung entgegengesetzt wie beim Vorwärtsrudern. Volle Benutzung der Rollbahn. Ankanten der Blätter während des Freilaufs.
13. **„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 Freilauf über Wasser mitführen, mit diesem dann aus der Auslage vorwärtsrudern und dabei das zuerst benutzte Ruder über Wasser mitführen.
14. **„Kurze Wende über Backbord (Steuerbord) – los!“**
Die das Boot stark beanspruchende Wende auf der Stelle. Ankündigung: In Grundstellung Blätter senkrecht zum Boot auf dem Wasser. Rollbahn und Beine nicht benutzen. Nur mit den Armen gleichzeitig zunächst an der aufgerufenen Seite rückwärts, auf der anderen Seite vorwärts rudern. Und so wechselnd weiter.
15. **„Fertig zum aussteigen – steigt aus!“**
Steuermann/-frau ist vorher ausgestiegen und hält das Boot in der Mitte fest. Der wasserseitige Fuß steht auf dem Einsteigbrett. Beim Aussteigen wird das wasserseitige Ruder mit herausgenommen.
16. **„Skulls (Riemen) – lang!“** **„Backbord (Steuerbord) – 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.
17. **„Skulls (Riemen) – vor!“**
Ruder aus der Längsrichtung in die Grundstellung senkrecht zum Boot führen.
18. **„Backbord (Steuerbord) – überziehen!“** Ohne Tempowechsel auf der angekündigten Seite sehr kräftig, auf der anderen Seite mit wenig (ggf. ohne) Kraft rudern.
19. **„Hochscheren!“** Im Freilauf werden die Innenhebel tief ins Boot gedrückt (z. B. bei hohen Wellen).
20. **„Halbe Kraft!“** Es wird mit wenig (nahezu ohne) Kraft durchgezogen.
21. **„Frei – weg!“**
Dieses Kommando wird gegeben, um „Überziehen“, „Hochscheren“, „Halbe Kraft“ wieder aufzuheben.