

Sicherheit im Breitensport für Mannschaft und Material



Die wichtigsten Auszüge aus den Sicherheits-Regeln und Infos zur Bootsbehandlung
- für „ALTMITGLIEDER“ UND „NEULINGE“

Die gesamten und für alle Ruderer verpflichtenden Regelungen findet Ihr auf unserer Homepage unter „Über uns“ >> „Dokumente“, diese sind:

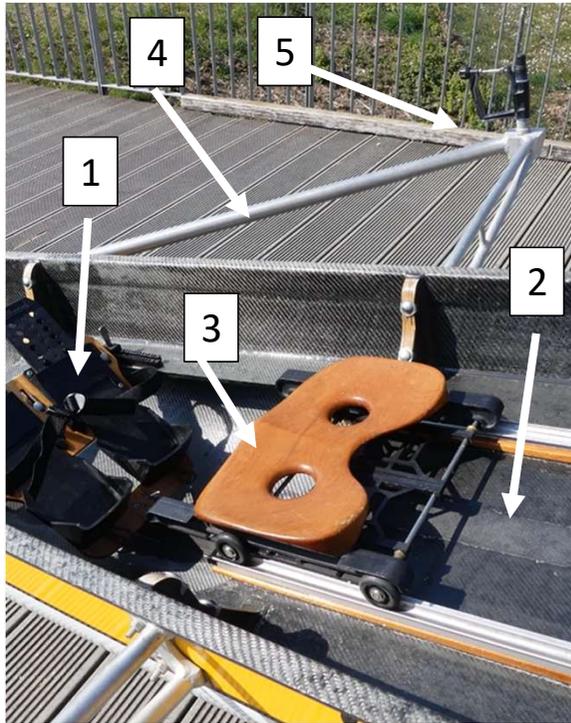
- Sicherheitsrichtlinie des Vereins
- FISA-Richtlinie für Sicherheit beim Rudern
- Leitfaden über Verhaltensregeln bei Wassersport im Winter *

WARUM WICHTIG ?

Gesundheit
ist
unbezahlbar !

Boote kosten viel Geld
(zwischen
EUR 6.000 – über 30.000)

* Winterregeln sind in dieser Zusammenfassung nicht enthalten



Das Boot:

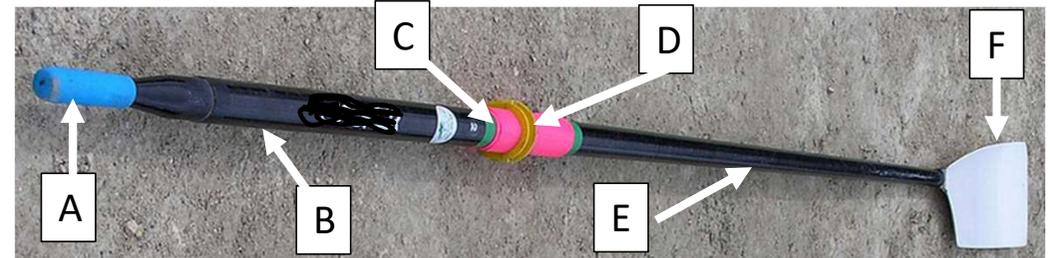
- 1 Stembrett
- 2 Einstiegsbrett - **NIE** in die ungeschützte Bootshülle stehen !!!!!!!
- 3 Rollsitz die 2 runden Stellen müssen zum Bug zeigen
- 4 Ausleger
- 5 Dolle (zeigt zu den Füßen)

Rund ums Boot



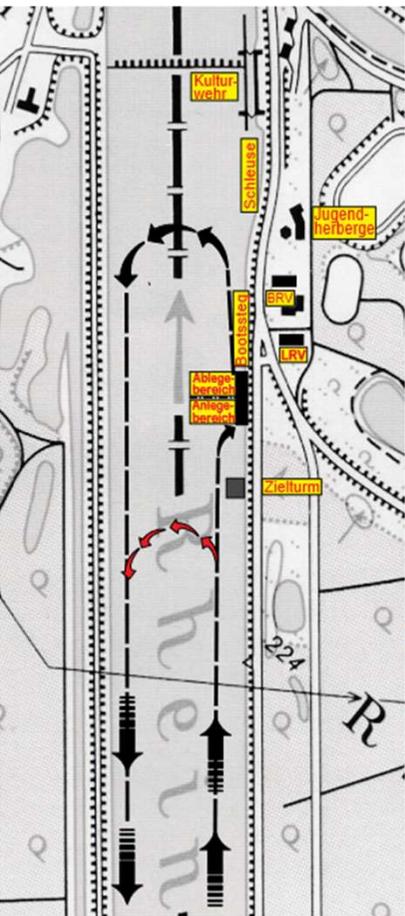
Das Skull:

- A Griff
- B Schaft /Innenhebel
- C Manschette
- D Klemmring
- E Schaft / Aussenhebel
- F Blatt





Fahrtordnung auf dem Rhein. Rhein Km 214,5 (Panzerrampe Hartheim) bis Rhein Km 224,5 (Zielturm)



1. Wir fahren/rudern rechts der Mitte in Fahrtrichtung gesehen.
2. Ab Rheinkilometer 219.0 (Panzerrampe) ist auf die Buhnen zu achten. Diesen ist auszuweichen.
3. Vor dem Wehr ist ein Sicherheitsabstand einzuhalten. Er beginnt etwa auf Höhe der neuen Bootshalle des BRV.
4. Das Anlegen am Bootssteg erfolgt grundsätzlich mit der Strömung innerhalb des Anlegebereichs.
5. Das Ablegen aus dem Ablegebereich erfolgt grundsätzlich mit der Strömung.
6. Bei Mehrfachfahrten ist vor dem Zielturm zu wenden!
7. Der verantwortliche Obmann im Boot ist vor Fahrtantritt fest zu legen und ist in der Regel der Steuermann bzw. der Bugmann, bei ungesteuerten Booten in Ausnahmefällen der erfahrenste Ruderer.

Breisach, Juni 2012. Der Vorstand

Die wichtigsten Auszüge aus der Fahrten- /Ruderordnung des BRV

Vor der Ausfahrt:

Jeder Ruderer muss schwimmen können !!!!!

- Aus rechtlichen Gründen: **Pflicht zum Eintrag ins elektronische Fahrtenbuch** mit Bootsnamen, vorauss. Ziel, vollen Namen der Ruderer und des Obmanns (muss über gute Ruder- und Revierkenntnis verfügen)
- **Bestimmung des Obmanns**, er/sie ist der Kapitän, er hat Aufsichts- und Fürsorgepflicht und Entscheidungskompetenz
- **Steuermann/-frau:** Bei Booten ohne Steuerplatz übernimmt der Ruderer im Bug die Aufgabe des Steuermanns/-frau, er/sie achtet auf Hindernisse (Buhnen, andere Boote, Angler, Schwimmer usw.), weicht diesen aus und hält die Fahrtordnung ein

Boote:

- Jeder Ruderer muss den ordnungsgemäßen Zustand des Bootes/+Zubehör überprüfen
- es dürfen nur Boote entsprechend der jeweiligen Leistungsstufe des Ruderers gerudert werden, die Boote sind in der Boots-Liste entsprechend gekennzeichnet.
- Höherstufige Boote dürfen mit Zustimmung eines Trainers gerudert werden.

Ausfahrt ausserhalb d. Trainingsgruppen, Voraussetzungen: Erst ab Leistungsstufe 3, gute Revierkenntnisse, incl. der Gefahrenbereiche, Beachtung aller sicherheitsrelevanter Regeln (>>Homepage >>über uns>>Dokumente)

Ruderrevier:

- Von Steg (Rhein-KM 224,5) bis Panzerrampe Hartheim (Rhein-KM 214,5)

Gefahrenbereiche:

- ab Rhein-KM 219 französische Seite: Buhnen > mehr Abstand zum Ufer;
- KM 219,1 deutsche Seite : > Pfosten bei alter Kiesanlage;
- auf Tonnen im Rhein achten
- Ab Rhein-KM 216 Rhein aufwärts – geringe Wassertiefe, mittig fahren.
- Rücksichtnahme auf : Angler, Segler, Stand-up-Paddler, Segelboote, Schwimmer, usw.

Ruderverbot:

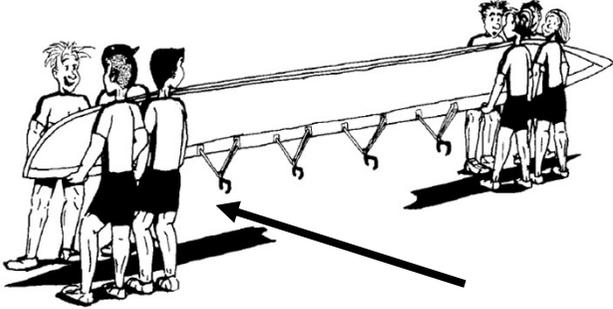
- bei - Hochwasser, - Strömung > 500 cbm Durchfluss, - Treibholz, - Nebel: Sicht < 400m (= Wehr vom Steg aus nicht sichtbar), - Treibeis, - Frost unter 0 Grad, Ausnahmen nur mit Genehmigung des Sportvorstands

Ausfahrten: nur bei Tageslicht (zwischen Sonnenauf – und – untergang)

Nach der Ausfahrt bei Rückkehr: der Letzte (keiner mehr sonst im Fahrtenbuch !), schließt Rolltore, löscht das Licht und schließt die Bootshalle ab

UNFÄLLE: Kollisionen auf dem Wasser mit anderen (z.B. Booten, Schwimmer, Segler usw. **wie auf der Straße => d.h. Polizei**). Kollision Steg, Ufer, Bojen, Tonne, oder Kentern, auch ohne Schäden, Krebs ziehen mit Kontrollverlust, u. ähnliches und Unfälle zum und vom Training sind dem Sportvorstand zu melden.

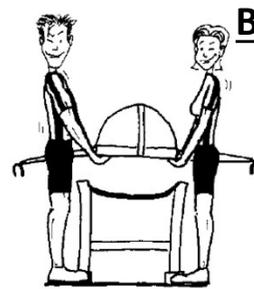
Umgang mit dem Boot (Gig-Boot = Breitensport-Boot)



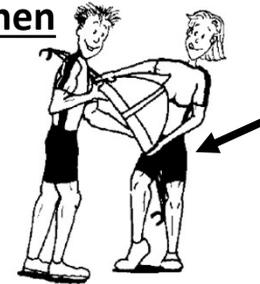
Boot beim aus dem Lager Heben und Tragen : **NIE KIPPEN** ! Hier z.B. „in die Hände“ = lange Arme!



- Danach wasserseitiges Skull einlegen, Dolle schließen/zudrehen, noch nicht auf das Wasser legen !! (Dies erfolgt erst beim Einsteigen !!)
- **ENDKONTROLLE**: Skulls richtig eingelegt? Dollen geschlossen? Rollsitze richtig herum ?



Boot drehen



Einer fasst darunter , Gewicht teilweise auf Schenkel (wirkt gewichtsentlastend)

Boot wassern: nahezu querab zum Steg, hintere Mannschaft hebt Bootsende hoch, anderes Bootsende wird vorsichtig auf das Wasser gelegt, hochgehoben und langsam aus dem Wagen in das Wasser geschoben

Auswassern: läuft ähnlich ab

Wenn Boot im Wasser und parallel zum Steg:

- zuerst landseitiges Skull einlegen, Blattwölbung nach oben, Dolle zudrehen (Dolle zeigt zu den Füßen/Stemmbrett)

Beispiele Bootsbehandlung



Breite / Gig - Boote
- im Wagen zum Steg fahren



Schmale Boote = alle mit Heckflosse:

- Werden nur getragen, kommen nicht auf einen Wagen,
- ausser der Zweier „PETER“
- Werden NIEMALS auf den Boden abgesetzt
- Werden parallel zum Steg ins Wasser gelassen



Leistungsstufen gerechte Bootsbenutzung:

Es dürfen nur Boote entsprechend der Leistungsstufe des Ruderers benutzt werden,

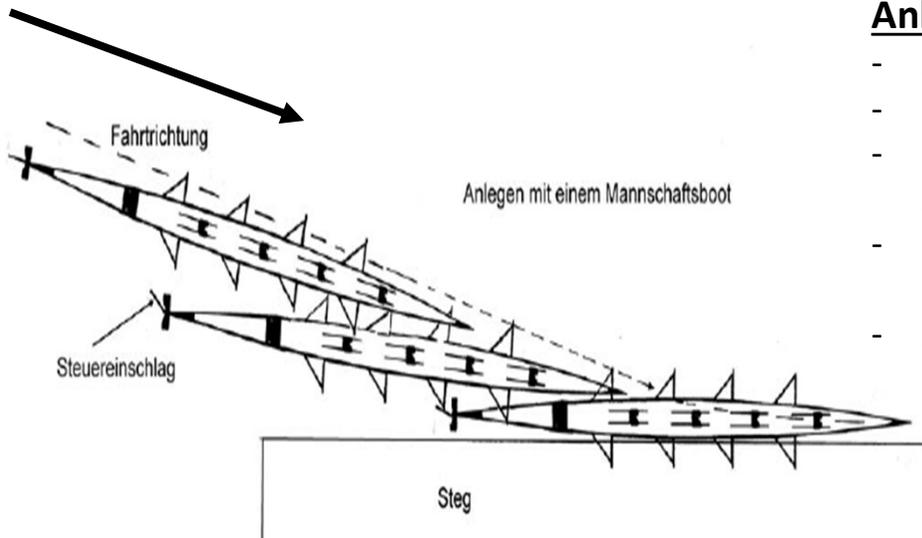
- Boote mit höherer Leistungsstufe als der des Ruderers – nur mit Genehmigung des Sportvorstands oder eines Trainers (Bootsliste im Bootshaus + Homepage)

Freies Rudern außerhalb der Trainingsgruppen: nur ab Leistungsstufe 3 und mit umfassender Revier Erfahrung

Einsteigen und Ablegen:



- Landseitiges Skull liegt auf dem Steg mit Wölbung nach „oben“
- Wasserseitiges Skull wird auf das Wasser gelegt mit Wölbung auf der Wasserfläche
- Wasserseitige Hand umschließt beide Skullgriffe, die andere Hand stützt sich an der Bordwand ab
- Körpergewicht lastet auf wasserseitigem Bein
- auf Kommando des Steuermanns/Obmanns o.ä. – erfolgt gleichzeitiges Abstoßen ALLER von der Stegkante
- Hinsetzen (nicht Plumpsen) auf den zur Ferse gerollten Rollsitz
- der landseitige Fuß wird auf das Stemmbrett gesetzt
- NIEMALS in die Bootshülle stehen (Durchbruch-Gefahr)



Anlegen + Aussteigen: NICHT zu schnell an den Steg fahren !

- Ansteuern mit Bug in ca. 30 Grad Winkel zum Steg
- Im Mannschaftsboot: Kommandos des Steuermanns folgen: z.B. :
 - Ruder halt, Ruder hoch (Wölbung nach oben), wasserseitig Abstoppen (beim Anlegen: Steg nicht touchieren, ggf. mit Händen Boot an Steg ziehen).
 - Wasserseitige Dolle lösen – Skull bleibt in der Dolle und landseitiges Skull bleibt noch auf dem Steg liegen (Stabilität !)
- Auf Kommando: Mannschaft fertig machen zum Aussteigen: Mannschaftsmitglied greift mit wasserseitiger Hand die Skulls, mit Land-Hand auf Bootsrand stützen, Mannschaft erhebt sich (nicht in Bootshülle stehen !), balanciert aus, bei Kommando Mannschaft steigt aus: landseitiges Bein auf den Steg stellen, aussteigen, Wasserskull rausziehen
- Individuelles Aussteigen = >> analog

Richtige Bootslagerung,
damit es zu keinen Schäden kommt –
Betrifft linke Hallenseite !



Breitensportboote auf der linken Seite :
>>> liegen besser Heck an Heck – so stoßen sie beim
Rausholen und Einlegen nicht aneinander!



Schmale Boote für Breitensport auf der rechten Seite:
Hinterer Teil : da genug Platz Bug an Bug



Schmale Boote Breitensport auf der rechten Seite :
vorderer Teil : könnte eng werden, daher : Heck an Heck



Die wesentlichsten Kommandos:

die kompletten findest Du auf unserer Homepage >> [Sicherheitsrichtlinien](#)

Mannschaft ans Boot – hebt auf!

Boot drehen – offene Seite Basel oder Jugendherberge! Darauf achten, dass die Ausleger und Dollen den Boden nicht berühren.

Fertig zum Einsteigen – steigt ein!

Ruderer greifen mit der wasserseitigen Hand beide Griffenden der Skulls oder den Riemengriff und treten mit dem wasserseitigen Fuß auf das Einsteigbrett.

Mannschaft stößt ab! mit dem landseitigen Fuß das Boot vom Steg abgestoßen.

Klarmeldung! Am Bug beginnend melden die Ruderer, sobald sie ruderbereit sind „1 fertig!“, „2 fertig!“, usw.

Backbord (Steuerbord) über! Durchzug verstärkt auf der angekündigten 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/querab zum Boot stehen.

Blätter – ab! Die Blätter werden flach aufs Wasser gelegt.

Stoppen – stoppt! Durch dosiertes Gegenkanten (Aufdrehen) der flach liegenden Blätter schneiden diese langsam unter Wasser. Die gegengekanteten Blätter werden mit gestreckten Armen bis zur Senkrechten weitergekantet.

Alles rückwärts – los! Aus der Rücklage, Blattstellung entgegengesetzt wie beim Vorwärtsrudern. Volle Benutzung der Rollbahn. Ankanten der Blätter während des Freilaufs.

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.

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.

Skulls (Riemen) – lang! Backbord (Steuerbord) – lang! Die Ruder werden beiderseits oder nur auf der angekündigten Seite parallel zum Boot genommen und dabei festgehalten.

Hochscheren! Im Freilauf werden die Innenhebel tief ins Boot gedrückt (z. B. bei hohen Wellen).

Halbe / Ohne Kraft! Es wird mit wenig bzw. ohne Kraft durchgezogen.

Frei – weg! Dieses Kommando wird gegeben, um „Überziehen“, „Hochscheren“, „Halbe Kraft“ wieder aufzuheben