

Ruderbefehle

Ruderbefehle sind erforderlich, damit die Mannschaft dieselbe Bewegung gleichzeitig ausführt. Dadurch können Gefahren auf dem Wasser abgewendet werden. Verletzungen der Ruderer und Beschädigungen des Materials durch unkoordinierte Individualbewegungen lassen sich vermeiden. Und nicht zuletzt wird der Kraftaufwand auf die ganze Mannschaft gleichmäßig verteilt – was auch zu einem besseren Bootslauf führt.

Der Deutsche Ruderverband hatte offizielle Ruderbefehle festgelegt, damit auch bei gemischten Mannschaften aus verschiedenen Vereinen klar ist, was zu tun ist. Die Befehle bestehen grundsätzlich aus einer Ankündigung und der Ausführungsanweisung. Der Ausführungsbefehl wird erst erteilt, wenn die gesamte Mannschaft die für die Ausführung erforderliche Ausgangsposition eingenommen hat. Nachfolgend sind die häufigsten Befehle zusammengestellt.

Ort	Ankündigung	Ausführung
An Land	„Mannschaft ans Boot“	„hebt auf!“
	„Boot drehen“	„Großauheimseite hoch!“ „Staudingerseite hoch!“ Unbedingt darauf achten, dass die Ausleger den Boden nicht berühren
Am Steg	„Fertigmachen zum Einsteigen“	„steigt ein!“ Alle Ruderer haben ein Bein auf dem Trittbrett und das andere zum Abstoßen bereit auf dem Bootssteg
	„Fertigmachen zum Aussteigen“	„steigt aus!“ Steuermann steigt aus und hält das Boot fest. Der „wasserseitige“ Fuß der Ruderer steht auf dem Trittbrett. Beim Aussteigen wird das „wasserseitige“ Ruder mit herausgenommen
Auf dem Wasser	„Alles vorwärts“ In die Auslage gehen	„los!“ Blätter senkrecht drehen und durchziehen
	„Alles rückwärts“ In die Rücklage gehen (Beine gestreckt, Hände am Körper), Blätter entgegengesetzt (180°) der der Vorwärtsbewegung in das Wasser stellen	„los!“ Ruder über ganze Rollbahnlänge in die Auslage drücken
	„Wende über Backbord“ Aus der Rücklage, Blattstellung Backbord 180° aufgedreht, Steuerbordblatt angekantet auf dem Wasser lassen	„los!“ in der Auslage: Backbordblatt ankanten und Steuerbordblatt aufdrehen, Zug
	„Stoppen“ Blätter kontinuierlich im Wasser aufdrehen ...	„stoppt!“ ... bis sie senkrecht stehen
	„Ruder“ Ankündigung erfolgt beim Setzen der Blätter	„halt!“ Ausführung erfolgt beim Abscheren, die Ruder gehen in Orthogonalstellung

	<p>„Ruder“ Ankündigung in der Auslage</p>	<p>„lang!“ nach dem Abscheren Blätter parallel zum Boot führen. Holme in der Hand behalten.</p> <p>„vor!“ Aus der Längsseitslage in die Orthogonalstellung führen</p>
	<p>„Blätter“</p>	<p>„ab!“ Die Blätter werden flach auf das Wasser gelegt</p>
		<p>„Hochscheren!“ Im Freilauf werden die Innenhebel tief ins Boot gedrückt (z.B. bei hohen Wellen)</p>
		<p>„Halbe/ohne Kraft!“ Mit verminderter Kraft durchziehen</p>
		<p>„Frei weg!“ Vorhergehendes Kommando wird wieder aufgehoben</p>

Quelle: DRV