

DIE WICHTIGSTEN KOMMANDOS BEIM RUDERN

beim Boote raus tragen (die Kommandos erfolgen meist über den Obmann des Bootes)

ran ans Boot!

deutliche Aufforderung an Rumstehende, ans Boot anzufassen

Boot geht hoch!

Boot so weit hochnehmen, daß man es bequem tragen kann ans Boot!

raus aus der Halle!

man befördert das Boot in Richtung frische Luft

Ausleger achten!

meist mit etwas ängstlichem Unterton ausgestoßener Schrei des Bootswartes; nun ist es wichtig, nirgendwo gegen zu kommen mit den Auslegern

auf Kiel absetzen!

bedeutet, daß man das Boot fallen lassen kann, nun wird das Boot zusammengebastelt

Boot zu Wasser!

das Boot wird ins Wasser geschubst

Mannschaft "Dubrow"

ans Boot!

der letzte Toilettengang sollte erledigt sein und man findet sich am jeweiligen Boot zusammen

Mannschaft fertig machen zum Einsteigen!

jetzt kann man sich an seinem zugeordneten Platz hinstellen und seinen Skull ergreifen

Mannschaft steigt...!

ein Fuß sollte sich nun bereits im Boot befinden; Balance findet man über den Skull in der Hand

...ein!

der andere Fuß darf folgen; auch kann man sich auf den Rollsitze setzen

beim Rudern- (die Kommandos erfolgen durch den Steuermann)

einstellen und Fertigmeldung!

man verschiebe das Stemmbrett soweit, daß man bequem rudern kann und gebe mit einem "eins fertig" oder "zwei fertig" (je nach Position) zu erkennen, daß man willig ist, gleich loszurudern

in die Auslage...!

nun rolle man mit seinem Gesäß in Richtung Heck und strecke die Arme mit den Skulls an den Händen soweit vor, wie sie lang sind und tauche die Skull ins Wasser

DIE WICHTIGSTEN KOMMANDOS BEIM RUDERN

und weg!

mit einer eleganten Bewegung bewegt man sich mit dem Rollsitzen in Richtung Bug und zieht gleichzeitig die Skull durchs Wasser; es empfiehlt sich hierbei, mit den Armen und Beinen ein wenig Kraft aufzuwenden

halbe Kraft!

um das Boot zu verlangsamen, zieht nun jeder nur noch halb so viel durch!

frei weg!

hebt vorangehende Kommandos auf

durchziehen!

eigentlich sehr nett gemeinter Ratschlag des Steuermanns, o.g. Kraft auszuüben

Stoppen! Stoppt!

man verharrt in der Position und steckt die Skull ins Wasser, um das Boot schnellstmöglich anzuhalten

Ruder halt!

von der Mannschaft lang ersehntes Kommando; jetzt kann man seinen Schlag beenden und die Skull nach oben nehmen

Blatt ab!

die Skull darf man soeben auf das Wasser platschen lassen, sollte sie aber nicht aus den Händen lassen, sonst gibt's Ärger

Brücke, Kommandos beachten!

bedeutet, daß eine Brücke in Sicht ist und man die Kommandos beachten sollte

Backbord/ Steuerbord/ Skull lang!

um einen Schaden an seinen Knüppeln (= Skulls) zu meiden, sollte man den Skull auf der jeweiligen Seite bzw. auf beiden Seiten lang machen

Wende über Backbord! Wende los!

auf der Backbordseite drückt man nun den Skull vom Körper weg und zieht hiernach mit dem Steuerbord Skull einen ganz normalen Schlag

Wende über Steuerbord! Wende los!

wie Wende über Backbord, nur andersrum

kleine Wende über Back-/ Steuerbord!

ähnlich wie große Wende, nur daß man nicht rollt, und gleichzeitig mit einem Skull zieht und dem anderen drückt