



RUDERN



1. Rudere im guten Stil mit einem Steuermann im Heck und ohne Hilfe:

- 500 m auf einem geraden Kurs, halte an, wende und kehre zum Ausgangspunkt zurück.
- 200 m rückwärts, wende und rudere in derselben Weise zurück. (Drehe dabei das Ruderblatt nach jedem Schlag flach. Pin rowlocks (Ruderdollen) müssen nicht verwendet werden.)

2. Zeige, wie man

- mit dem Boot an einem Strand startet und landet.
- Hilf einer Person zur Sicherheit beim Ein- und Aussteigen bei einem Ruderboot an einem Steg.
- Binde ein Ruderboot an einem Steg fest. Verwende dazu Achterschlinge, 2 halbe Schläge und Rettungsschlinge.

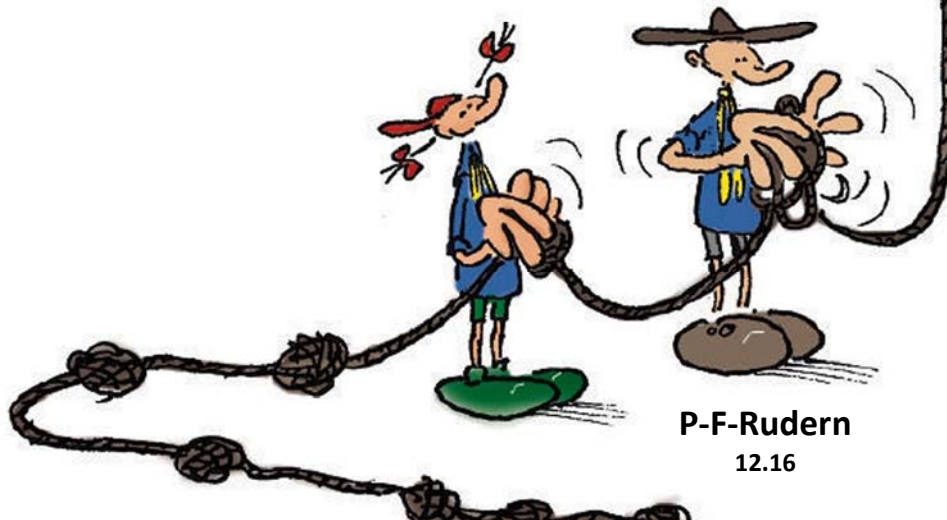
3. Drehe allein oder mit Hilfe eines Assistenten (Schwimmer) ein gekentertes Ruderboot, steige ein und paddle mit den Händen oder mit einem Ruder 10 m weit. Erkläre, warum du dich an ein gekentertes Boot anhängen oder einsteigen solltest.

4. Rette einen Schwimmer. Stoße von der Küste ab und rudere zu dem Schwimmer und manövriere dabei so, dass der Schwimmer sicher zur Küste gezogen werden kann.

5. Nenne und erkenne 5 Ruderboottypen und nenne ihre Verwendung.

6. Erkenne und beschreibe:

- 2 oder mehr von den folgenden Bootstypen: fisherman's dori, skiff, ship's longboat, Stechkahn und Dinghy.
- Carvel and clinker type of planking.
- 2 der folgenden Typen von Ruderschlossern: tholepin, box rowlock, ring rowlock, open-top rowlock. Nenne 2 oder mehr Gründe dafür, warum Ruderschlosser nicht empfohlen werden.



7. Erkläre die Vorteile von gefederten Rudern beim Rudern und beantworte 2 der folgenden Fragen:

- a) Wie würdest du mit einem Ruderboot in einem plötzlichen starken Sturm umgehen?
- b) Wie kalkulierst du die Anzahl der Personen, die man sicher in einem Rettungsrunderboot transportieren kann?
- c) Welche Lichter sind bei einer Nachtfahrt für ein Ruderboot ohne und mit Motor vorgeschrieben?
- d) Wie lagert man ein Ruderboot über den Winter und wie pflegt man es nach dem Winter, um wieder damit zu fahren?

