

Sicherheitsmassnahmen für Ruderer

- Einsteigen / Ablegen

Grundsatz:

- Boot so wassern, dass es einfachst vom Steg weg manövriert werden kann
- Vorteilhafterweise Stegseite: mit dem Wind
- Boot, während dem Einlegen der Ruder, sichern. Ein Ruderer bleibt beim Boot
- Boot beim Vorbereiten zum Einsteigen stets leicht vom Steg entfernt halten
- Wellen können das Boot an den Steg drücken und dabei beschädigen

Hinweise / Empfehlungen:

- Vorbereitung Einsteigen ins Boot:

- Landseitiges Ruder in die Dolle legen, Klemmring stösst an Dolle, Dolle schliessen, Blattkante zum Schutz der Blattfläche (je nach Bootssteg) auf den Steg gelegt
- Wasserseitiges Ruder so in die Dolle legen, dass sich nur das Ruderblatt ausserhalb der Dolle befindet. Ruderholm bleibt zwecks Stabilität des Bootes noch auf dem Steg abgelegt
- Dolle am Steg schliessen – Sicherheit geht vor!!

- Einsteigen ins Boot:

Erster Teil:

- Wasserseitiges Ruder in die Dolle schieben, Klemmring stösst an die Dolle, Blatt flach aufs Wasser gelegt = Bootsstabilität
- Rollsitze etwas in den Bug schieben
- Beide Rudergriffe mit der wasserseitigen Hand halten, mit der zweiten, noch freien Hand sich an der Bordwand halten, RUDER NIE MEHR LOSLASSEN!

Zweiter Teil = 2 Varianten:

Einsteigen und gleichzeitig wegstossen vom Steg:

Mit dem Fuss der Wasser zugewandten Seite auf das Einstiegsbrett stehen, mit dem zweiten Fuss das Boot vom Steg wegstossen und danach in die für den Fuss vorgesehene Befestigungsmöglichkeit auf dem Stemmbrett (Schuhe oder Stemmbrettssystem) bringen. Nie ins Boot stehen!

Danach Gesäss sachte auf den Rollsitze bringen. Zweiter Fuss, welcher sich auf dem Einstiegsbrett befunden hat, ebenfalls in die Halterung / Schuhe bringen.
Ruderblätter sofort flach aufs Wasser legen = Bootsstabilität.

Einsteigen ohne wegstossen vom Steg:

Mit dem Fuss der Wasser zugewandten Seite auf das Einstiegsbrett stehen, und den zweiten Fuss in die für den Fuss vorgesehene Befestigungsmöglichkeit auf dem Stembrett (Schuhe oder Stembrettssystem) bringen. Nie ins Boot stehen!

Danach Gesäss sachte auf den Rollsitze bringen. Zweiter Fuss, welcher sich auf dem Einstiegsbrett befunden hat, ebenfalls in die Halterung / Schuhe bringen. Das Boot erst vom Steg wegstossen, wenn die ganze Mannschaft bereit zum Rudern ist.