



Rudern



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

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

2. Zeige, wie man

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

3. Drehe allein oder mit Hilfe eines Assistenten ein gekentertes Ruderboot, steige ein und paddle mit den Händen oder mit einem Ruder 10 m weit. Berichte, wie du dich an ein gekentertes Boot anhängst oder einsteigst.

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:

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



P-F-Rudern