

# Ruderkommandos (Bereitmachen)

Kommando	Beschreibung
<b>Mannschaft ans Boot – und auf!</b>	Das Boot wird gemeinsam angehoben.
<b>Boot drehen, zum See (zur Stadt) – bereit – jetzt!</b>	Das Boot wird gedreht je nach angekündigter Seite. Unbedingt darauf achten, dass die Ausleger den Boden nicht berühren.
<b>Bereit zum Einsteigen – und ein!</b>	Alle Ruderer/bzw. Ruderinnen haben ein Bein auf dem Einsteigebrett und das andere auf dem Bootssteg.
<b>Bereitmeldung!</b>	Am Bug beginnend melden die Ruderer sobald sie ruderbereit sind („1 fertig!“, „2 fertig!“, ...).

# Ruderkommandos (Anfahren und Halten)

Kommando	Beschreibung
<b>Ganze Rollbahn – bereit – und weg!</b>	Aus der Ausgangsposition in die Auslage gehen – Blätter senkrecht drehen, Wasserfassen und Durchzug.
<b>und ab!</b>	Ankündigungskommando erfolgt beim Beinstoss, Ausführungskommando beim Endzug. Die Blätter werden flach aufs Wasser gelegt, Ruderer nehmen Grundposition ein.
<b>und Stop!</b>	Sofort bremsen: die Blätter werden ins Wasser gedrückt.

# Ruderkommandos (Manöver)

Kommando	Beschreibung
<b>Backbord (Steuerbord) überziehen!</b>	Auf Backbord (Steuerbord) wird besonders kräftig gezogen. Auf der anderen Seite geht man zudem nicht so weit in die Auslage. Ergibt eine weite Kurve.
<b>Backbord bremsen – steuerbord herumziehen! (oder umgekehrt)</b>	Ruder Backbord wird ins Wasser gedrückt, Steuerbord nur mit den Armen rudern. Ergibt eine enge Kurve.
<b>Dolenwende über Backbord (Steuerbord) – bereit – und vor!</b>	Entgegengesetztes Stossen und Ziehen gemäss Ankündigung nur mit Armen und Oberkörper. Ergibt eine Wende an Ort.
<b>Rückwärts – bereit – und vor!</b>	Aus der Endzugposition, Blattstellung entgegengesetzt wie beim Rudern. Schlaglänge gemäss Ankündigung. Ankanten der Blätter während des Luftweges.

# Ruderkommandos (Diverse)

Kommando	Beschreibung
<b>Backbord (Steuerbord) – rauf!</b>	Die Hände werden auf der angekündigten Seite ins Boot gedrückt (Ruderblätter hoch über dem Wasser).
<b>Halbe (ohne) Kraft!</b>	Es wird mit wenig (nahezu ohne) Kraft durchgezogen.
<b>und normal!</b>	Die Kommandos werden wieder aufgehoben.
<b>Bereit zum Aussteigen – und aus!</b>	Jeder hält Ausleger mit linker Hand am Steg fest. Der rechte „wasserseitige“ Fuss steht auf dem Fussbrett. Beim Aussteigen wird das „wasserseitige“ Ruder mit herausgenommen.