



**HANDBUCH  
RUDERCLUB ERLENBACH**



Kapitel:	<b>Einführung</b>	
Thema:	Impressum	

Am Handbuch des Ruderclubs Erlenbach, Version 04 2013, haben in alphabetischer Reihenfolge folgende Clubmitglieder gearbeitet:

- Jürg Buchli
- Ralph Egli
- Diego Mieth
- Tony Nüscherer
- Regula Wysling

Unser herzlicher Dank geht an Waltraud Künzler, deren vor einigen Jahren erstelltes Handbuch wertvolle Informationen und Ideen geliefert hat.

Ebenfalls bedanken wir uns für alle Rückmeldungen, Anregungen und konstruktiven Kommentare von unseren Ruderkolleginnen und -kollegen.

Nur so konnte das Handbuch entstehen.



Kapitel:	<b>Einführung</b>	
Thema:	Inhaltsverzeichnis	

**Kapitel**      **Nr.**      **Bereich, Thema**

## **1**                      **Organisation und Regeln**

- 1.01      [Grundlagen und Geltungsbereich des Handbuchs](#)
- 1.02      [Voraussetzungen zum Rudern im RCE](#)
- 1.03      [Kontakte und gemeinsame Aktivitäten](#)
- 1.04      [Versicherung und Haftung](#)
- 1.05      [Material-Schadenmeldung](#)

- 1.06      [Verhalten bei Personunfällen](#)
- 1.07      Reserviert für späteren Eintrag
- 1.08      [Ausrüstung](#)

## **2**                      **Gesetzliche Grundlagen und Fahrordnung**

- 2.01      [Binnenschiffverkehrsverordnung und Regeln](#)
- 2.02      [Fahrordnung für Ruderboote](#)

## **3**                      **Ablauf einer Ruderfahrt**

- 3.01      [Der Ablauf im Überblick](#)
- 3.02      [Fahrtenbuch](#)
- 3.03      [Wetter und Ruderbedingungen](#)
- 3.04      [Kurse der Linienschiffe und Fähren](#)
- 3.05      [Ablegen und Anlegen](#)
- 3.06      [Kommandos und Begriffe](#)

## **4**                      **Zuteilung, Handhabung und Unterhalt von Booten**

- 4.01      [Ruderboot und Ruder, technische Begriffe](#)
- 4.02      [Bootsbestand und Bootszuteilung, Ruderverzeichnis](#)
- 4.03      [Handhabung Boote und Ruder](#)
- 4.04      [Individuelle Einstellungen am Ruderboot](#)
- 4.05      Reserviert für späteren Eintrag



## Formulare

- 1.02a [FORMULAR Voraussetzungen zum Rudern im RCE](#)
- 1.02b [FORMULAR Aufnahmegesuch Ruderclub Erlenbach](#)
- 1.05a [FORMULAR Materialschaden- und Reparaturmeldung](#)



Kapitel:	<b>Organisation und Regeln</b>	Dokument Nr. 1.01
Thema:	Grundlagen und Geltungsbereich des Handbuchs	

Das Handbuch zeigt Mitgliedern des Ruderclubs Erlenbach (RCE) und Interessenten auf, was im RCE wichtig ist und welche Regeln definiert sind. Alle Ruderer sollen über die gleichen Informationen verfügen.

## Für wen gilt das Handbuch?

Alle Personen, die im RCE rudern, sind für die Einhaltung der Clubregeln verantwortlich.

- **Clubmitglieder**
- **Interessenten:** Interessenten am Rudersport und am Clubleben mit der Absicht, bei Gefallen dem RCE beizutreten.
- **Gäste:** Gäste von Clubmitgliedern, welche ausnahmsweise zusammen mit einem Clubmitglied im RCE rudern. Für Gäste ist das Clubmitglied verantwortlich.

## Abgrenzung

- Die erste Version, gültig ab Saison 2013, wurde von Breitensportlern mit einem Fokus auf die Bedürfnisse von Breitensport-Ruderern erstellt. Das Handbuch kann jederzeit so ergänzt werden, dass auch Leistungssport-spezifische Belange definiert sind.
- Das Handbuch wurde nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Es erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und kann jederzeit den Bedürfnissen der Clubmitglieder angepasst werden. Haftungsansprüche gegenüber dem RCE sind ausgeschlossen.
- Bei Überschneidungen zwischen Handbuch und Statuten gelten die [Statuten des RCE](#).
- Bei Überschneidungen zwischen Handbuch und Handouts von externen Trainern gilt das Handbuch des RCE.

## Grundlagen

Grundlagen für das Handbuch bilden gesetzliche Vorschriften wie die [Binnenschiffverkehrsverordnung \(BSV\)](#), die [Fahrordnung für Ruderboote auf dem Zürichsee \(RZO/ZRV\)](#) und clubspezifische Regeln des RCE.

## Wo liegt das Handbuch auf?

Das Handbuch liegt in elektronischer und physischer Form vor:

- Das Handbuch ist auf [www.rudercluberlenbach.ch](http://www.rudercluberlenbach.ch) aufrufbar.
- Die aktuelle Version liegt im Stübli auf.
- Auszugsweise sind die Seiten im Bootshaus verteilt aufgehängt.

## Zuständigkeit, Änderungen und Ergänzungen im Handbuch

- Zuständig für die Herausgabe des Handbuchs und für Änderungen ist der Vorstand.
- Anregungen für Anpassungen und Ergänzungen sind erwünscht. Sie können von Mitgliedern des RCE an [kontakt@rudercluberlenbach.ch](mailto:kontakt@rudercluberlenbach.ch) geschickt werden.
- Die Inhalte des Handbuchs können jederzeit überarbeitet oder ergänzt werden.
- Änderungen und Ergänzungen werden per Newsletter und am Anschlagbrett oberhalb des Fahrtenbuches kommuniziert.
- Jährlich im November werden alle Handbuch-Einträge auf ihre Aktualität überprüft.

## Gleichstellung

Frauen und Männer sind im RCE gleichgestellt. Bezeichnungen [für Personen und Ämter] wurden in der männlichen Form belassen, beziehen sich [aber] gleichermaßen auch auf Frauen. [Statuten, Kapitel 4.1.](#)



Kapitel:	<b>Organisation und Regeln</b>	Dokument Nr. 1.02
Thema:	Voraussetzungen zum Rudern im RCE	

Wer sich entscheidet, im RCE als Interessent zu rudern, durchläuft verschiedene Schritte.

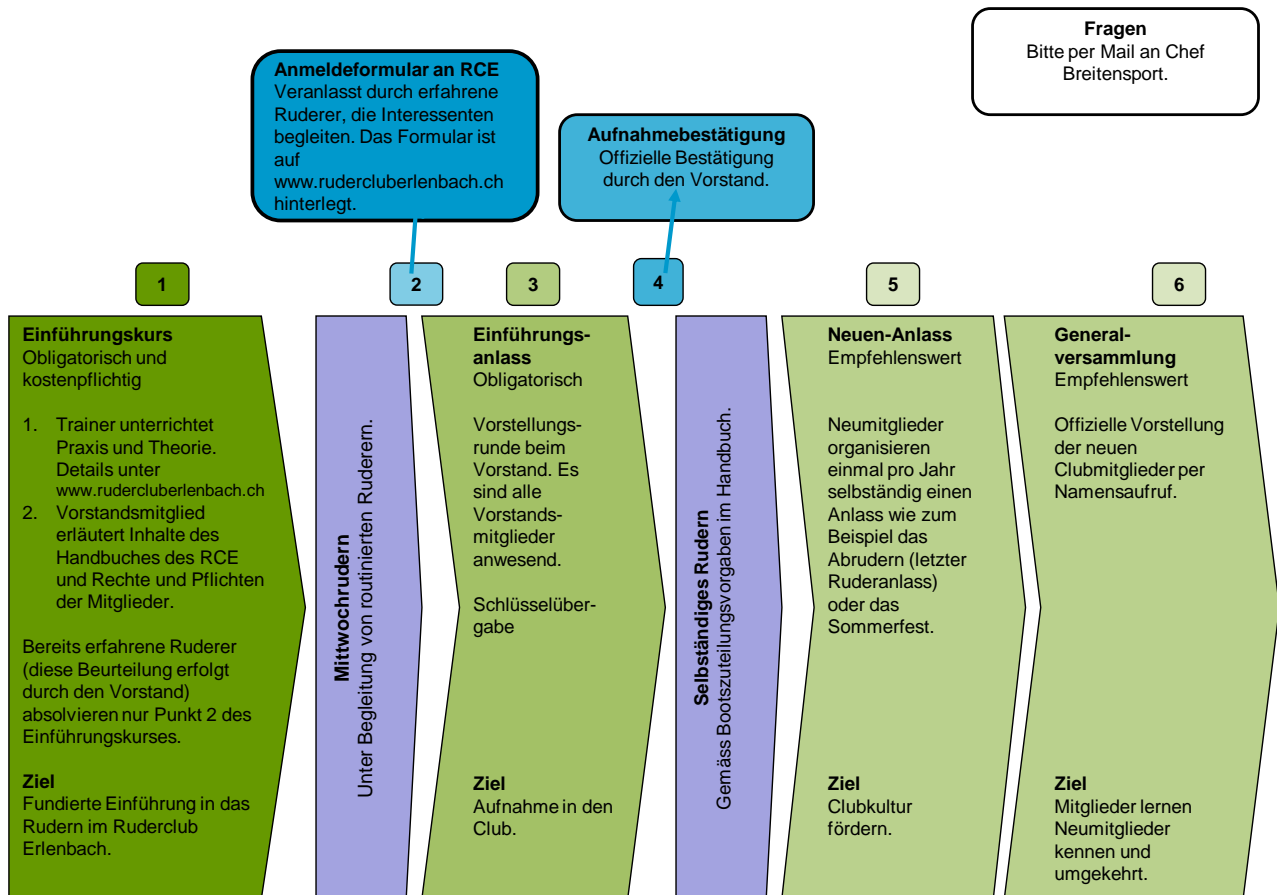
**Bevor es losgeht**

Einsteiger: Kursanmeldung  
 Erfahrene Ruderer: Beurteilung der Ruderkompetenz durch Vorstand

Ein Interessent bestätigt gegenüber dem Vorstand schriftlich, dass er:

- **300 Meter im tiefen Wasser schwimmen kann**
- **haftbar ist** für die von ihm verursachten Schäden. Details dazu finden sich auf [1.04 Versicherung und Haftung](#).

**Ablauf einer Aufnahme in den RCE**





Kapitel:	<b>Organisation und Regeln im RCE</b>	Dokument Nr. 1.03
Thema:	Kontakte und gemeinsame Aktivitäten	

Für Interessenten und neue Mitglieder ist es wichtig, im RCE Anschluss zu finden.

## Einführungskurs

Es ist sinnvoll, sich bereits im Einführungskurs mit anderen Kurs-Teilnehmenden zusammenzutun.

## Treffpunkt Rudern

Über die Woche gibt es diverse Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen.

- **Sommerzeit: Mittwochrudern** Treffpunkt jeweils 18.30 Uhr. Der Anfängerkurs muss abgeschlossen sein. Siehe [1.02 Voraussetzungen zum Rudern im RCE](#)
- **Winterzeit: Fitness-Training** In der Allmendlihalle, jeweils dienstags um 19.00 Uhr.
- **Mondscheinfahrten:** Dreimal pro Saison, Termine gemäss Jahresprogramm.
- **Samstagrudern:** Treffpunkt von erfahrenen Ruderern am frühen Morgen. Einsteiger können sich dieser Gruppe auf Anfrage mit Mail an den Chef Breitensport anschliessen.
- **Stübli:** Im Stübli lässt es sich nach einer Ausfahrt gemütlich zusammensitzen. Alle Ruderer sind eingeladen, sich bestehenden Tischrunden anzuschliessen. Im Stübli gibt es keine "geschlossenen Gesellschaften" – ausser, das Stübli ist für einen Anlass vermietet.

## Aktive Beteiligung

Das Rudern bietet unbezahlbar schöne Momente. Damit das Clubleben funktionieren kann, ist der RCE darauf angewiesen, dass sich seine Mitglieder einbringen. Übers Jahr gibt es einige Arbeiten, die erledigt sein wollen. Eine aktive Beteiligung zugunsten der Rudergemeinschaft wird vorausgesetzt.

## Wiederkehrende Anlässe übers Jahr

Details auf [www.rudercluberlenbach.ch](http://www.rudercluberlenbach.ch)

März	Generalversammlung	Oktober	Bootshausputzete
April	Anrudern, Saisonbeginn	November	Papiersammlung
September	Abrudern, Saisonende	24.12.	Weihnachtsrudern
September	Chilbi	31.12	Silvesterrudern

## Wanderfahrten

Über die Sommermonate besteht die Möglichkeit, an Wanderfahrten auf anderen Gewässern teilzunehmen. Diese werden entweder vom RCE organisiert oder dank der Zusammenarbeit mit anderen Clubs durchgeführt. Hier ein paar Beispiele:

- **März:** Zürichsee-Rundfahrt mit SCK, Seeclub Küsnacht
- **Pfingstsonntag:** Vogalonga, Venedig
- **Juni:** Linthkanalfahrt mit ROZ, Ruderverband oberer Zürichsee
- **September:** Bilac, Bielersee-Neuenburgersee

## Gruppe Breitensport

Die Gruppe Breitensport besteht seit 2012 als **offene Gruppe** von aktiven Breitensport-Ruderern. Die Mitglieder der Gruppe Breitensport investieren gerne etwas Zeit für den RCE, indem sie praktische und organisatorische Arbeiten übernehmen. Interessierte Clubmitglieder sind jederzeit herzlich willkommen. Die Gruppe Breitensport trifft sich jeweils im Rahmen des Samstagruderns am ersten Samstag des Monats. Interessierte melden sich in der Woche vorher bei [gruppe.breitensport@rudercluberlenbach.ch](mailto:gruppe.breitensport@rudercluberlenbach.ch).



Kapitel:	<b>Organisation und Regeln im RCE</b>	Dokument Nr. 1.04
Thema:	Versicherung und Haftung	

## Angaben folgen

DIESE SEITE IST IM AUFBAU. 8.4.13, RW





Kapitel:	<b>Organisation und Regeln im RCE</b>	Dokument Nr. 1.05
Thema:	Bootsschäden und Materialschadenmeldung	

Werden Schäden an Booten, Rudern oder am Bootshaus festgestellt oder verursacht, ist der RCE darauf angewiesen, dass diese umgehend gemeldet werden. Jeder Schaden muss per Materialschadenmeldung erfasst und gemeldet werden. Nur so kann garantiert werden, dass alles Clubmaterial in gutem Zustand ist.

Es ist selbstverständlich, dass Ruderer oder deren Versicherung für selbstverschuldete Schäden am Clubmaterial aufkommen.

## Erklärungen zum Schadenformular

Wir unterscheiden zwischen Bootsschäden und Materialschäden.

- **Materialschäden:** Schäden, die nicht an einem Boot bestehen. Dabei kann es sich um ein defektes Ruder, um Probleme mit der Bootsbeleuchtung oder um einen verstopften Ablauf in der Dusche handeln.
- **Bootsschäden:** Wir unterscheiden zwischen Boot „noch ruderbar“ und Boot „nicht mehr ruderbar“.
  - **Ein Boot ist nicht mehr ruderbar:** Wenn z. B. ein Ausleger gebrochen ist oder der Rumpf ein Loch hat. In diesem Fall muss eine Defekt-Tafel gut sichtbar am Boot angebracht werden.
  - **Ein Boot ist noch ruderbar:** Wenn das Stemmbrett wackelt.

Ist es nicht mehr möglich, mit dem Boot zurück zum RCE zu rudern, sollen genaue Angaben gemacht werden, wo sich das Boot befindet.

Die weiteren Angaben zum Schaden erklären „was ist passiert“ und „wo ist es passiert“. Tipp: Ein Foto oder eine Skizze erklären mehr als tausend Worte.

Die beteiligte Mannschaft wird analog zum Fahrtenbuch eingetragen. 1 = Bugmann.

Das Schadenformular wird an der Reparaturtafel angeheftet. Jede Schadenmeldung wird zusätzlich an [material@rudercluberlenbach.ch](mailto:material@rudercluberlenbach.ch) geschickt.

Wenn erforderlich, meldet sich der Vorstand bei der Person, welche den Schaden gemeldet hat, um das weitere Vorgehen zu besprechen.



Kapitel:	<b>Organisation und Regeln</b>	Dokument Nr. 1.06
Thema:	Verhalten bei Personenschäden	

Ein Personenschaden ist dann eingetreten, wenn sich jemand beim Rudern verletzt oder ein medizinisches Problem eintritt.

## Notrufnummern

Wer bei einer Ausfahrt ein Mobiltelefon mit sich führt, programmiert diese Nummern:

<b>Polizei</b>	<b>117</b>
<b>Rega</b>	<b>1414</b>
<b>Ambulanz</b>	<b>144</b>
<b>Seepolizei Oberrieden</b>	<b>044 722 58 00</b>

## Meldung eines Personenschadens

Ein Personenschaden muss vom Schlagmann mit Kopie an alle Mannschaftsmitglieder direkt nach Rückkehr ins Bootshaus per Mail an folgende Adressen gemeldet werden:

- Präsident
- [info@rundercluberlenbach.ch](mailto:info@rundercluberlenbach.ch)

Folgende Angaben soll die Mail enthalten:

- Unfallhergang
- Mannschaft (Namen, Funktion im Boot, Mailadressen gemäss Kopie im Mail)
- Wer war in den Unfall involviert (Drittpersonen)
- Wer wurde verletzt
- Wo befindet sich die verletzte Person
- War die Polizei involviert
- War eine Ambulanz involviert
- Zu welchem Arzt wurde die verletzte Person gefahren
- Wie geht es der verletzten Person

Der Präsident oder ein Vorstandsmitglied wird sich gleichentags beim Schlagmann melden, um das weitere Vorgehen zu koordinieren.

Kapitel:	<b>Organisation und Regeln</b>	Dokument Nr. 1.08
Thema:	Ausrüstung	

Jeder Ruderer ist für seine richtige Ausrüstung selber verantwortlich. Sie ist im Notfall lebensrettend.

## Rettungsmittel

Bei einer Entfernung von über 300 Meter vom Ufer müssen Schwimmhilfen oder Rettungswesten mitgeführt werden.

### Schwimmhilfe für den Sommer



**Schwimmhilfen sind optimal für den Einsatz in warmen Gewässern.** Sie sind körpernah geschnitten und bieten so die nötige Bewegungsfreiheit. Die Schwimmweste entfaltet ihre Funktion erst, wenn die CO<sub>2</sub>-Patrone manuell, mittels Ziehen am Auslöseriegel, ausgelöst wird. Schwimmhilfen eignen sich nur bedingt für den Einsatz in kalten Gewässern. Da die Schwimmhilfen über keine Kragen verfügen, besteht die Gefahr, bei Bewusstlosigkeit zu ertrinken, da der Kopf nicht über Wasser gehalten wird. Der RCE stellt Schwimmhilfen in den Grössen S, M und L zur Verfügung.

### Rettungsweste für den Winter



**Rettungswesten sollten von allen Ruderern getragen werden, welche bei Wassertemperaturen unter 10°C auf dem Wasser sind.** Im Gegensatz zur Schwimmhilfe bietet die Rettungsweste grösstmögliche Sicherheit, da sie über einen Kragen verfügt. Dadurch ertrinkt man auch bei Bewusstlosigkeit nicht und kann auch bei sehr kalter Wassertemperatur mehrere Stunden überleben. Die Rettungsweste wird in der Regel durch manuelles Auslösen einer CO<sub>2</sub>-Patrone aufgeblasen. Manche Modelle sind mit Salztabelle ausgerüstet, welche sich im Wasser auflösen und dadurch die CO<sub>2</sub>-Patrone automatisch auslösen. Der RCE stellt keine Rettungswesten zur Verfügung. Die Mitglieder müssen für ihre Rettungsweste selber besorgt sein. [Bezugsquellen](#).

## Bootsbeleuchtung

**Bei Dämmerung und Dunkelheit muss ein geeignetes Rundumlicht mitgeführt werden.** Das Licht darf die Mannschaft in Fahrtrichtung nicht blenden. Zusätzlich zur Bootsbeleuchtung ist die Mitnahme von Stirnlampen empfohlen.

## Schöpfer

**Schöpfer gehören zur Mindestausrüstung.** Sie müssen immer mitgeführt werden. Das Wetter kann sich sehr schnell ändern! Am besten eignen sich abgeschnittene PET-Flaschen. Diese sind sehr weich und passen sich der Rumpfform optimal an. Alternativ kann in Kunststoffbooten auch eine Handlenzpumpe verwendet werden.

## Mundpfeife

**Die Mundpfeife gehört zur Mindestausrüstung.** Mit der Mundpfeife erschafft man sich im Notfall oder bei Nebel Aufmerksamkeit. Die Schwimmhilfen des RCE und die Rettungswesten sind mit einer Mundpfeife ausgerüstet. Es lohnt sich, vor der Ausfahrt die Mundpfeife zu testen.



## Mobiltelefon

**Es wird empfohlen, ein Mobiltelefon in einem wasserdichten Beutel mitzunehmen.** Notruf Polizei 117, Rega 1414, Ambulanz 144 und Seepolizei Oberrieden 044 722 58 00. Sinnvoll ist es, ausserdem die Telefonnummern von ein paar Ruderkollegen in der Region Erlenbach zu programmieren.

## Kleidung

Mit der richtigen Kleidung macht das Rudern mehr Spass. Es ist wichtig, der Witterung und Temperatur angepasste Kleider anziehen.

### Bei jeder Ausfahrt

- Schichten tragen
- Die äusserste Schicht sollte wind- und wasserdicht sein
- Eng anliegende Shirts und Jacken tragen, damit man beim Rudern nicht hängen bleibt
- Reissverschlüsse schliessen
- Lange Shirts
- Getränkeflasche

### Je nach Saison und persönlichen Bedürfnissen

- Kopfbedeckung: Schützt vor Sonne, wärmt im Winter, hält Haare zurück
- Haargummi: Bändigt Haare
- Sonnenbrille
- Handschuhe: Können vor Blasen schützen
- Wärmende Handschuhe: Angenehm an kalten Wintertagen
- Sitzkissen für Rollsit: Kann mehr Sitzkomfort bieten, [Bezugsquellen](#)
- Fussdecke: Schützt im Winter vor Kälte
- Im Winter ev. heisser Tee. Auch nützlich für das Enteisen von zugefrorenen Dollen

### Bei längeren Ausfahrten, Wanderfahrten

- Ersatzkleidung in wasserdichtem Sack

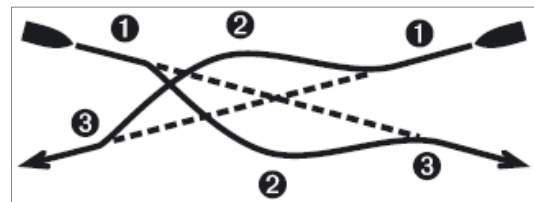
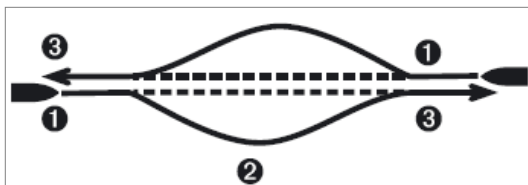
Kapitel:	<b>Gesetzliche Grundlagen und Fahrordnung</b>	Dokument Nr. 2.01
Thema:	Binnenschifffahrtsverordnung und Regeln	

Die wichtigsten für Ruderboote relevanten Gesetze gemäss [Binnenschifffahrtsverordnung \(BSV\)](#) sowie allgemein gültige Regeln:

**Rechtsverkehr / Ausweichen**

- Kreuzt sich der Kurs von zwei gleichberechtigten Booten auf dem See, so weichen beide Boote nach Steuerbord aus, um eine Kollision zu vermeiden. Dadurch entsteht Rechtsverkehr.
- Ruderboote müssen folgenden Schiffen ausweichen: Kursschiffen, Fähren, Güterschiffen und Fischerbooten welche einen gelben oder weissen Ball führen, Segelbooten sowie nicht fahrenden Motorbooten (BSV, Art. 44, Absatz 1e).
- Der Abstand gegenüber Kursschiffen und Berufsfischer muss mindestens 50 m betragen.

❶ Ausweichen nach Steuerbord.    ❷ Kreuzen.    ❸ Auf ursprünglichen Kurs zurückkehren



**Überholen**

Falls ein Boot ein in gleicher Richtung fahrendes langsames Boot aufholt, weicht das langsamere Boot aus, damit das überholende Boot auf der Backbordseite passieren kann.

**Verantwortlichkeit für freie Fahrt**

Der Bugmann ist für die freie Fahrt verantwortlich, ausser das Boot wird von einem Steuermann gesteuert.

**Bootsbeleuchtung**

Schiffe ohne Maschinenantrieb in Fahrt führen bei Nacht ein weisses gewöhnliches Rundumlicht. Dieses kann auf Ruderbooten auch als Blitzlicht ausgeführt sein (BSV Art. 25, Absatz 1).

**Rettungsmittel**

- Ruderboote, die auf Seen innerhalb von 300 Metern zum Ufer verkehren, benötigen keine Rettungsmittel (BSV Art. 134, Absatz 4bis).
- Für Ruderboote, die auf Flüssen oder auf Seen ausserhalb von 300m vom Ufer verkehren, ist das Mitführen von Schwimmhilfen Vorschrift (BSV Art. 134a, Absatz 1).

**Verbotene Wasserflächen**

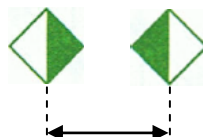
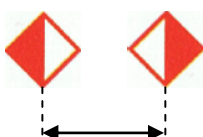
Begrenzungen von Wasserflächen, die für die Schifffahrt gesperrt bleiben, sind mit gelben Bojen gekennzeichnet, z. B. Strandbad (BSV, Art. 52, Absatz 1).

**Wichtige Schifffahrtszeichen**

Verbot: nicht ausserhalb der Begrenzung fahren

Empfehlung: auf der mit grün bezeichneten Seite fahren

Empfehlung: Durchfahrt bei Brücken in beide Richtungen



Kapitel:	<b>Gesetzliche Grundlagen und Fahrordnung</b>	Dokument Nr. 2.02
Thema:	Fahrordnung für Ruderboote	

Die [Fahrordnung der Clubs](#) (Fahrordnung ab Januar 2004, herausgegeben vom Zürcher Regattaverein, ZRV) soll mithelfen, den Ruderbetrieb auf dem unteren Zürichsee möglichst störungsfrei und im Einklang mit der [Binnenschiffverkehrsverordnung \(BSV\)](#) zu gewährleisten. Die Fahrordnung schafft kein neues Recht und nimmt den Ruderern auch keine Pflichten ab. Die BSV gilt uneingeschränkt und die Sorgfaltspflicht bei der Benutzung und beim Betrieb von Ruderbooten (Achten auf freie Fahrtlinie, Vortrittsregeln) bleibt Aufgabe jeder einzelnen Mannschaft.

Die Fahrordnung soll dem Ruderer mehr Sicherheit in der Ausübung des Sports geben. Er soll sich darauf verlassen können, dass sich alle Ruderer nach den gleichen Grundsätzen auf dem Wasser bewegen.

## Fahrkorridore

- **Innerer Fahrkorridor** Bis 100 Meter vom Ufer
- **Freihaltezone** 100-200 Meter vom Ufer
- **Äusserer Fahrkorridor** 200-300 Meter vom Ufer

## Fahrordnung

- **Erlenbacher Ufer Richtung Rapperswil** 200-300 Meter vom Ufer (äusserer Fahrkorridor)
- **Richtung Zürich** Bis 100 Meter vom Ufer (innerer Fahrkorridor)
- **Thalwiler Ufer Richtung Richterswil** Bis 100 Meter vom Ufer
- **Richtung Zürich** 200-300 Meter vom Ufer
- **⚠ Im Dreieck Zürichhorn, Bootshäuser und Quaibrücke** Es ist Vorsicht geboten.

## Fahrkorridore durchqueren

**⚠** Erhöhte Kollisionsgefahr!

Fahrkorridore müssen immer senkrecht zum Ufer durchquert werden. Dies gilt vor allem beim Ab- und Anlegen, aber auch beim Wenden. Spezielle Vorsicht ist geboten, wenn die Fahrkorridore in der näheren Umgebung der Ruderclubs durchquert werden müssen.

## Pausen

Bei Pausen ist darauf zu achten, dass fahrende Boote nicht behindert werden.

## Ausserordentliche Wetterverhältnisse

Bei starkem Wind oder Nebel ist oft nur ein Streifen von maximal 100 bis 200 Metern vom Ufer ruderbar. Bei diesen Verhältnissen ist besondere Vorsicht geboten, weil damit zu rechnen ist, dass alle Boote nahe am Ufer fahren.

Kapitel:	<b>Ablauf einer Ruderfahrt</b>	Dokument 3.01
Thema:	Der Ablauf im Überblick	

Damit eine Ausfahrt gelingt, halten wir uns immer an den gleichen Ablauf, hier in Kurzform. Details zu den einzelnen Punkten finden sich in den verschiedenen Kapiteln des Handbuchs.

## Zu Hause

- Wettercheck 1 [3.03 Wetter- und Ruderbedingungen](#)
- Ausrüstung, von zu Hause mitbringen [1.08 Ausrüstung](#)
- Schlüssel zum Bootshaus mitnehmen

## Vor Zusammentreffen

- Rücksicht nehmen auf Anwohner: Autotüren, Gespräche
- RCE Erlenbach Parkschild anbringen oder Parkgebühr bezahlen
- Für Wertsachen Schliessfach benutzen

## Im Bootshaus

- Wettercheck 2 [3.03 Wetter- und Ruderbedingungen](#)
- Entsprechendes Boot wählen [4.02 Bootstypen und -zuteilung](#)
- Mannschaftseinteilung vornehmen [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Fahrziel grob ausmachen (Zürich oder Meilen) [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Eintrag in Fahrtenbuch [3.02 Fahrtenbuch](#)
- Motorboot und Wanne wenn nötig aus Bootshaus rollen
- Zum Boot passende Ruder auswählen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Ruder vom Bootshaus zum Steg bringen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Bereitstellung der Böcke im Bootshaus, oder, bei grossem Andrang, vor dem Bootshaus bzw. auf der Wiese [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Rollauszüge mit Boot auf Kommando des Schlagmanns herausziehen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Boot auf Böcke legen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Rollauszüge zurückschieben [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Dollen öffnen, Luftkästen schliessen
- Einstellungen am Boot vornehmen: Rollsitze, Stembretter und Schienen [4.04 Individuelle Einstellung am Boot](#)
- Bootsbeleuchtung auf Funktion kontrollieren und anbringen [1.08 Ausrüstung](#)
- Eigene Ausrüstung ergänzen mit Ausrüstung, die vom RCE zur Verfügung gestellt wird [1.08 Ausrüstung](#)
- Ausrüstung auf Vollständigkeit kontrollieren [1.08 Ausrüstung](#)
- Boot zum Steg tragen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Sicherheitshalber Schlüssel zum Bootshaus mitnehmen

## Am Steg

- Boot einwassern [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Stegseitiges Ruder in die Dolle legen und zuschrauben. Das seeseitige Ruder in die Dolle legen. [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Eine Person sichert das Boot. Das Boot darf bei Wellenschlag nicht beschädigt werden. [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Bootsbeleuchtung einschalten [1.08 Ausrüstung](#)



- Kontrolle, ob keine Ruder vertauscht sind
- Kontrolle, dass Dollen in Heckrichtung schauen
- Licht im Bootshaus aus, Schiebetüre RCE zuschieben, nicht abschliessen
- Sind alle persönlichen Gegenstände dabei? [1.08 Ausrüstung](#)
- Turnschuhe unter Rampe schieben [1.08 Ausrüstung](#)
- Einsteigen ins Ruderboot [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Kontrolle, ob alle Dollen zu sind

## Ablegen, auf dem Wasser

- Wenn alle bereit sind, ablegen. [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Beachtung der vorgeschriebenen Fahrordnung. [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Unterwegs [2.02 Fahrordnung für Ruderboote](#) und [2.01 Binnenschiffverkehrsverordnung und Regeln](#) beachten
- Beachtung der [3.04 Kurse der Linienschiffe und Fähren](#)

## Anlegen

- Je nach Windrichtung passende Stegseite auswählen [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Im rechten Winkel zum Ufer langsam auf den Steg zusteuern [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Einmal am Steg angekommen, nacheinander seeseitige Dollen lösen. Kentergefahr. [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Aussteigen [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Eine Person sichert das Boot. Das Boot darf den Steg nicht berühren [3.05 Ablegen und Anlegen](#)
- Ruder auf Steg legen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Bootsbeleuchtung entfernen [1.08 Ausrüstung](#)

## Am Steg, vor und im Bootshaus

- Böcke vor dem Bootshaus oder auf Wiese aufstellen
- Boot herausheben und auf den Böcken ablegen (Rumpf nach oben) [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Boot abspritzen
- Boot trocken reiben und drehen
- Rollschienen mit Reiniger putzen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Luftkästen öffnen
- Boot versorgen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Ruder versorgen [4.03 Handhabung Boote und Ruder](#)
- Bootsbeleuchtung und Schwimmwesten versorgen [1.08 Ausrüstung](#)
- Kleine Schäden notieren [1.05 Materialschadenmeldungen](#)
- Grössere Schäden umgehend weiterleiten und an Versicherung melden [1.05 Materialschadenmeldungen](#)
- Eintrag im Fahrtenbuch abschliessen [3.02 Fahrtenbuch](#)

## Vor Heimreise

- Nichts in Garderobe liegen lassen. Lieengelassenes wird durch den Bootshauschef entsorgt
- Parkschild RCE retournieren
- Motorboot und Wanne zurück ins Bootshaus rollen
- Licht löschen und Türe abschliessen, wenn man als Letzter das Haus verlässt





Kapitel:	<b>Ablauf einer Ruderfahrt</b>	Dokument 3.02
Thema:	Fahrtenbuch	

Das Fahrtenbuch wird aus zwei Gründen geführt:

- Kontrolle, welche Boote auf dem Wasser sind. Durch die Angabe des Fahrzieles kann bei Bedarf nach dem Boot gesucht werden. Deshalb muss der Eintrag der Ausfahrt VOR der Fahrt angelegt werden
- Statistische Auswertungen, welche dem Vorstand als Entscheidungsgrundlagen dienen

Eine Fahrt wird wie folgt erfasst:

## Eintrag für eine Ausfahrt anlegen

- Auf "Fahrt beginnen" klicken
- Boot auswählen
- Mannschaft eintragen, mit Bugmann auf Nr. 1 beginnen
- Fahrziel auswählen
- Auf "Fahrt beginnen" klicken

## Eintrag für eine Ausfahrt beenden

- In der Rubrik "Boote auf Fahrt" das richtige Boot auswählen und im Kontextmenu "Fahrt beenden" anklicken.
- Fahrziel oder andere Angaben wenn nötig anpassen
- Die Kilometer werden gemäss Ziel automatisch eingetragen. Bei Fahrziel "Rundfahrt" Anzahl Kilometer manuell eintragen.
- Auf "Fahrt beenden" klicken

## Eintrag kontrollieren und Statistik

- Auf "Statistik erstellen" klicken zwecks Kontrolle
- Auf „Fahrtenbuch“ klicken
- Auf „Statistik erstellen“ klicken
  
- Weitere Statistiken sind bei Bedarf verfügbar

## Fehlermeldungen

Wenn das Fahrtenbuch nicht funktioniert oder ein Eintrag falsch erfasst wurde, bitte eine Mail an [fahrtenbuch@rundercluberlenbach.ch](mailto:fahrtenbuch@rundercluberlenbach.ch) schicken.

Kapitel:	<b>Ablauf einer Ruderfahrt</b>	Dokument 3.03
Thema:	Wetter und Ruderbedingungen	

Die richtige Einschätzung der aktuellen Wetter- und Ruderbedingungen ist ein wesentlicher Faktor für eine sichere und schadenfreie Ausfahrt. Sie bestimmt den Bootstyp, der zum Einsatz kommt und das Fahrziel. So werden Boots- und Personenschäden abgewendet. Im Zweifelsfalle sollte auf eine Ausfahrt verzichtet werden.

## Wind und Sturm, Warnsignale

Entscheidend ist die mögliche Entwicklung der Windverhältnisse während der Ausfahrt. Je weiter sich der Ruderer vom Bootshaus entfernt, desto wichtiger werden akzeptable Windverhältnisse. Speziell bei langen Ausfahrten ist eine vorsichtige Wetterbeurteilung erforderlich. Eine Fahrt nach Männedorf birgt mehr Wetterrisiken als eine Fahrt nur bis Pappel I und dann zurück bis nach Zollikon. Der Wellengang in der Wydenbucht reflektiert nicht unbedingt den Wellengang auf dem See.

- **Vorsichtsmeldung:** Die Vorsichtsmeldung (orangefarbenes Blinklicht, das pro Minute ungefähr 40 mal aufleuchtet) macht auf die Gefahr des Aufkommens von Sturmwinden ohne nähere Zeitangabe aufmerksam. Sie wird möglichst frühzeitig ausgegeben. Bei aktivierter Vorsichtsmeldung ist das Rudern im RCE nicht erlaubt. Falls man bereits auf dem Wasser ist, schnellstmöglich den Ruderclub anrudern.
- **Sturmwarnung:** Die Sturmwarnung (orangefarbiges Blinklicht, das pro Minute ungefähr 90 mal aufleuchtet) kündigt unmittelbare Sturmgefahr an. Bei Sturmwarnung ist das Rudern im RCE nicht erlaubt. Falls man sich auf dem Wasser befindet, schnellstmöglich das Ufer oder einen geschützten Hafen anrudern.

## Nebel

Eine erhöhte Gefahr besteht bei Nebel über dem Wasser. Bei dichtem Nebel wird vom Rudern abgeraten. Bei spontan auftauchendem Nebel wird sofort ans Ufer ausgewichen.

## Nacht und Dämmerung

Es muss ein Licht mitgeführt werden. Siehe [1.08 Ausrüstung](#).

In der Nacht und bei Dämmerung sollte nur in bekannten Gewässern gefahren werden. Die Fahrordnung ist genau einzuhalten.

### Informationsmöglichkeiten zu Hause, Wettercheck 1

- **Sturmwarnung Kantonspolizei Zürich:** <http://zh.stwarn.ch/>. Angaben sind ohne Gewähr.
- **WheatherPro App:** 3-Stundenprognose
- **Windfinder:** <http://www.windfinder.com/forecast/widen>. Weitere Standorte: Oberrieden, Kilchberg oder Stäfa, 3-Stundenprognose für mehrere Tage
- **Wetterstationen Seepolizei Tiefenbrunnen und Mythenquai:** [http://www.stadt-zuerich.ch/content/pd/de/index/stadtpolizei\\_zuerich/gewaesser/wetterstationen\\_vomzuerichsee.html](http://www.stadt-zuerich.ch/content/pd/de/index/stadtpolizei_zuerich/gewaesser/wetterstationen_vomzuerichsee.html). Nur aktuelle Situation, keine Prognose
- **RCE Website:** <http://www.cnlab.ch/wetter/currentservlet?location=Erlenbach-RCE/SCK>. Nur aktuelle Situation, keine Prognose

### Informationsmöglichkeiten im Bootshaus, Wettercheck 2

Stets auf den Steg gehen und Folgendes aufmerksam beobachten:

- **Fahnen:** Windrichtung
- **Boote in der Wydenbucht/an Bojen:** Windrichtung
- **Wolkenbild und Bewegung:** Windrichtung
- **Wasseroberfläche:** Windstärke. Die Wydenbucht ist windgeschützt und vermittelt meist den Eindruck von guten Wasserbedingungen. Deshalb die Wasseroberfläche weiter aussen studieren. Hat es dunkle Striche oder Schaumkronen?
- **Rücksprache mit erfahrenen Ruderern**

Kapitel:	<b>Ablauf einer Ruderfahrt</b>	Dokument Nr. 3.04
Thema:	Kurse der Linienschiffe und Fähren	

Bei Ruderfahrten ab Erlenbach Richtung Zürich oder Rapperswil kommt es regelmässig zu Begegnungen mit Linienschiffen und Fähren. Es liegt in der Verantwortung der einzelnen Mannschaft, sich vor einer Ausfahrt über die aktuellen Kurse der Linienschiffe zu orientieren. Wer rudert, muss die Kursschiffe kennen, um frühzeitig ausweichen zu können. Der Abstand gegenüber Kursschiffen und Berufsfischer muss mindestens 50 m betragen.

## Linienschiffe

Die Kurse können auf [www.zsq.ch](http://www.zsq.ch) aufgerufen werden. Hier ein Beispiel:

### Fahrplan

**Fahrzeit 8.00 Uhr**

- Fahrzeit 9.30 Uhr
- Fahrzeit 10.30 Uhr
- Fahrzeit 11.30 Uhr
- Fahrzeit 12.30 Uhr
- Fahrzeit 13.30 Uhr
- Fahrzeit 14.30 Uhr
- Fahrzeit 15.30 Uhr
- Fahrzeit 16.30 Uhr
- Fahrzeit 17.30 Uhr

### Grosse Rundfahrten ab Zürich 8.00 Uhr

**Zmorge-Schiff, Dauer ca. 4 Stunden**  
Geniessen Sie den Zmorge auf dem See und reservieren Sie noch heute!

**Zmorge-Schiff:** Sonn- und **allgemeine Feiertage** vom 1. April bis 28. Mai, täglich vom 1. Juni bis 30. September sowie Sonntage vom 7. bis 21. Oktober 2012

**Abfahrten ab Zürich Bürkliplatz 8.00 Uhr**

Abfahrt ab Zürich Bürkliplatz	8.00
Zollikon	8.16
Küsnacht	8.23
Erlenbach	8.31
Herrliberg	8.40
Meilen	8.51
Uetikon	9.01
Wädenswil	9.12
Richterswil	9.24
Pfäffikon SZ	9.41
Insel Ufenau	9.50
<b>Rapperswil an</b>	<b>10.01</b>
<b>umsteigen</b>	
<b>Rapperswil ab</b>	<b>11.25</b>
Insel Ufenau	11.36
Richterswil	11.53
Wädenswil	12.06
Halbinsel Au	12.18
Meilen	12.26
Herrliberg	12.36
Erlenbach	12.45
Küsnacht	12.54
<b>Ankunft Zürich Bürkliplatz</b>	<b>13.15</b>

## Fähre Meilen-Horgen

- Beim Queren der Fähren ist äusserste Vorsicht geboten.
- Der Fahrplan variiert und ist an Wochentagen nicht gleich wie an Wochenenden.
- Für Fähren, die in Meilen halten, gilt: Solange die Barriere oben ist, fährt die Fähre noch nicht los. Sobald die Barriere nach unten geht, erfolgt die Abfahrt der Fähre sehr schnell.
- Wer unterwegs auf dem See ist, kontrolliert regelmässig, von welchem Hafen eine Fähre losfährt und wie ausgewichen werden soll.

Kapitel:	<b>Ablauf einer Ruderfahrt</b>	Dokument Nr. 3.05
Thema:	Ablegen und Anlegen	

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit einigen Punkten, die helfen, vor allem am Steg Schäden abzuwenden.

## Im Bootshaus

- **Mannschaftseinteilung vornehmen:** Alle Ruderer sollen die Gelegenheit erhalten, auf verschiedenen Positionen zu rudern und dazu entsprechend eingeführt werden.
- **Fahrziel grob ausmachen:** Je nach Richtung, Zürich oder Meilen, hat man zuerst Mit- oder Gegenwind, d.h. man kleidet sich evtl. anders. Bei Fahrten mit geplanter Seeüberquerung (z.B. Halbinsel Au) sind Schwimmhilfen obligatorisch, [1.08 Ausrüstung](#).

## Am Steg

- **Einsteigen ins Ruderboot: Gemeinsames Einsteigen auf Kommando:**
  - Bereit? 1 - 2 - 3:
  - 1: den ersten Fuss auf das Einsteigebrett stellen.
  - 2: den zweiten Fuss nachholen und zum Stemmbrett führen.
  - 3: gemeinsam langsam absitzen.
  - Das Boot auf Armdistanz vom Steg halten und die Dollen nacheinander schliessen.
  - Dann erst Schuhe binden.
- **Erfahrene Ruderer:** Das Einsteigen erfolgt durch gleichzeitiges Abstossen mit dem stegseitigen Bein. Kommando beachten.
- **Für alle:** Den Körperschwerpunkt landseitig halten. Beide Rudergriffe mit der wasserseitigen Hand halten. Die andere Hand fixiert den landseitigen Ausleger am Steg.
- **Kontrolle:** Alle Dollen zu.

## Ablegen, auf dem Wasser

- **Ablegen:** Wenn alle bereit sind. Wenn nicht bereits beim Einsteigen mit einem Bein gleichzeitig abgestossen wurde, das Boot am Steg von Hand nach vorne ziehen. Dabei das Gewicht vom Steg weg verlagern. Der Bugmann muss darauf achten, dass bei Westwind und Einwasserung zürichseits der Luftkasten/Bugteil des Bootes nicht an der Ecke des Stegs aufschlägt.
- **Boot drehen:** Boot gemeinsam in die gewünschte Fahrtrichtung drehen.
- **Letzte Einstellungen:** Der Mannschaft Zeit geben, sich bereit zu machen. Bei Bedarf das Stemmbrett einstellen oder nachstellen.
- **Beachtung der Fahrordnung:** Siehe [2.02 Fahrordnung für Ruderboote](#). Bei Fahrten Richtung Rapperswil das Boot senkrecht zum Ufer, d.h. mit dem Bug nach Thalwil ausrichten um den inneren Fahrkorridor zu durchqueren.
- **Fahrt beginnen:** Nach gut 200 Meter auf den äusseren Fahrkorridor seeaufwärts eindrehen.

## Anlegen

- **Stegseite wählen:** Die dem Wind zugewandte Stegseite auswählen, [3.03 Wetter- und Ruderbedingungen](#).
- **Steg ansteuern:** Auf die Längsseite des Steges zusteuern. Das Landen wird vereinfacht, wenn mit genügend Abstand zum Ufer auf den Landekurs gedreht wird. Mit dem Bug zwischen die Zürichseitige Boje der Badi und das erste Segelboot zielen, etwas näher bei der Boje. Der parallele Abstand zum Steg beträgt dann ca. 2-3 Meter. Bereits vor der Boje mit dem Bug auf die Mitte der Längsseite des Stegs halten. Bei der Boje mit Rudern aufhören. Der Bugball sollte die Pontonecke um ca. 1-2 Meter verfehlen. Bevor der Bug den Steg auf der Längsseite berührt, lehnt die Mannschaft vom Steg weg, wodurch sich die stegseitigen Ausleger hochheben und das Boot gleichzeitig parallel zu Steg eindreht.
- **Vor dem Aussteigen:** Zuerst die Schuhe und dann die wasserseitigen Dollen öffnen.



- **Aussteigen:** Zum Aussteigen mit der landseitigen Hand Steg und Ausleger zusammenhalten. Dann den wasserseitigen Fuss auf das Einsteigebrett stellen. Das Gewicht auf diesen Fuss verlagern und auf Kommando den anderen Fuss ohne Bootsberührung (höchstens auf dem Einsteigebrett) auf dem Steg platzieren. Nun das Gewicht auf den Landfuss verlagern und das wasserseitige Ruder aus der Dolle herausziehen und ablegen.
- **Auf dem Steg:** Die landseitige Dolle öffnen, beide Ruder herausnehmen und am Steg so ablegen, dass sie das weitere Bootshandling oder andere Mannschaften nicht behindern. Schuhe anziehen.
- **Bootssicherung:** Eine Person sichert das Boot während der ganzen Zeit (Wellenschlag von Kursschiffen).

## Landesünden

- Zu hohe Geschwindigkeit.
- Zu früh zum Steg lehnen, Ungeduld.
- Direkt parallel anfahren zu wollen (ohne Winkel).
- Dem Steuermann dreinreden.
- Durch die Badi fahren. Im Winter wie im Sommer.
- Landseitige Dollen vor dem Aussteigen öffnen.
- Ruder vor dem Aussteigen auf den Steg legen.

Kapitel:	<b>Ablauf einer Ruderfahrt</b>	Dokument Nr. 3.06
Thema:	Kommandos und Begriffe	

Die Kommandos werden in zwei Teile unterteilt: Das vorbereitende- und das Exekutivkommando. Diese beiden Kommandos müssen sich sprachlich voneinander abheben.

## Vorbereitendes Kommando

Beim vorbereitenden Kommando wird der Mannschaft ausreichend laut und mit feststehendem Terminus erklärt, was gemacht werden soll. Danach wird sprachlich eine Zäsur gemacht, damit alle die Gelegenheit haben, das Kommando umzusetzen. Beispiel: „Mannschaft ans Boot“.

## Exekutivkommando

Beim Exekutivkommando, das scharf und laut gesprochen wird, wird der Befehl simultan ausgeführt. Beispiel: „und - auf“

Die Kommandos können je nach Verein, Gruppe oder Ruderpartner voneinander abweichen. Wichtig sind verständliche Begriffe, Teamabsprache und mentale Flexibilität.

Im RCE werden folgende Kommandos und Begriffe benutzt:

## Kommandos

Ziel der Aktion	Befehl
Abstossen am Steg	<b>Abstossen, und – weg</b>
Anhalten beim Rudern	<b>Und – fert.</b> Gemeinsam Anhalten und Ruderblätter in der Grundstellung flach aufs Wasser legen. Ohne vorbereitendes Kommando.
Aussteigen	<b>Aussteigen, und – raus.</b> Zuerst wasserseitige Dolle aufschrauben, Schuhe lösen, den wasserseitigen Fuss auf das Einsteigebrett stellen
Bereitmeldung	<b>Bereit?</b> Vom Bugplatz zum Schlagplatz wird gemeldet, wer bereit ist zum Losrudern. Beispiel im 4x: 1 bereit, 2 bereit, 3 bereit.
Boot drehen	<b>Boot drehen Richtung Zürich, bereit – jetzt.</b> Mit der offenen Seite in Richtung Zürich drehen.
Boot heben	<b>Mannschaft ans Boot... und – auf!</b> Boot heben.
Einsteigen am Steg	<b>Bereit zum einsteigen, und – ein.</b> Ohne Abstossen.
Engpässe passieren	<b>Ruder längsseits.</b> Ruder bei Engpässen längsseits zum Boot bringen (nur so viele Ruderer aufs Mal, wie es der Engpass erfordert).
Erster Schlag	<b>Ausgang, und - weg!</b> Kommando zu Beginn des ersten Ruderschlages nach der Bereitmeldung).
Kurskorrektur	<b>Backbord überziehen.</b> Oder Steuerbord überziehen. Stärker ziehen auf Back- oder Steuerbordseite.
Langsam rudern	<b>Halbe Kraft.</b> Zum Landen oder bei Engpass.
Rhythmus übernehmen	<b>Schlag abnehmen.</b> Schlagrhythmus von Schlagmann genau übernehmen.
Rückwärts rudern	<b>Rückwärts, und – jetzt.</b> Beine gestreckt, gemeinsam Schlag abnehmen.
Schlagaufbau	<b>Nur Arme, und – jetzt. mit Oberkörper, und – jetzt. ¼ Rollbahn, und – jetzt. ½ Rollbahn, und – jetzt. ¾ Rollbahn, und – jetzt. Ganze Rollbahn, und jetzt.</b>



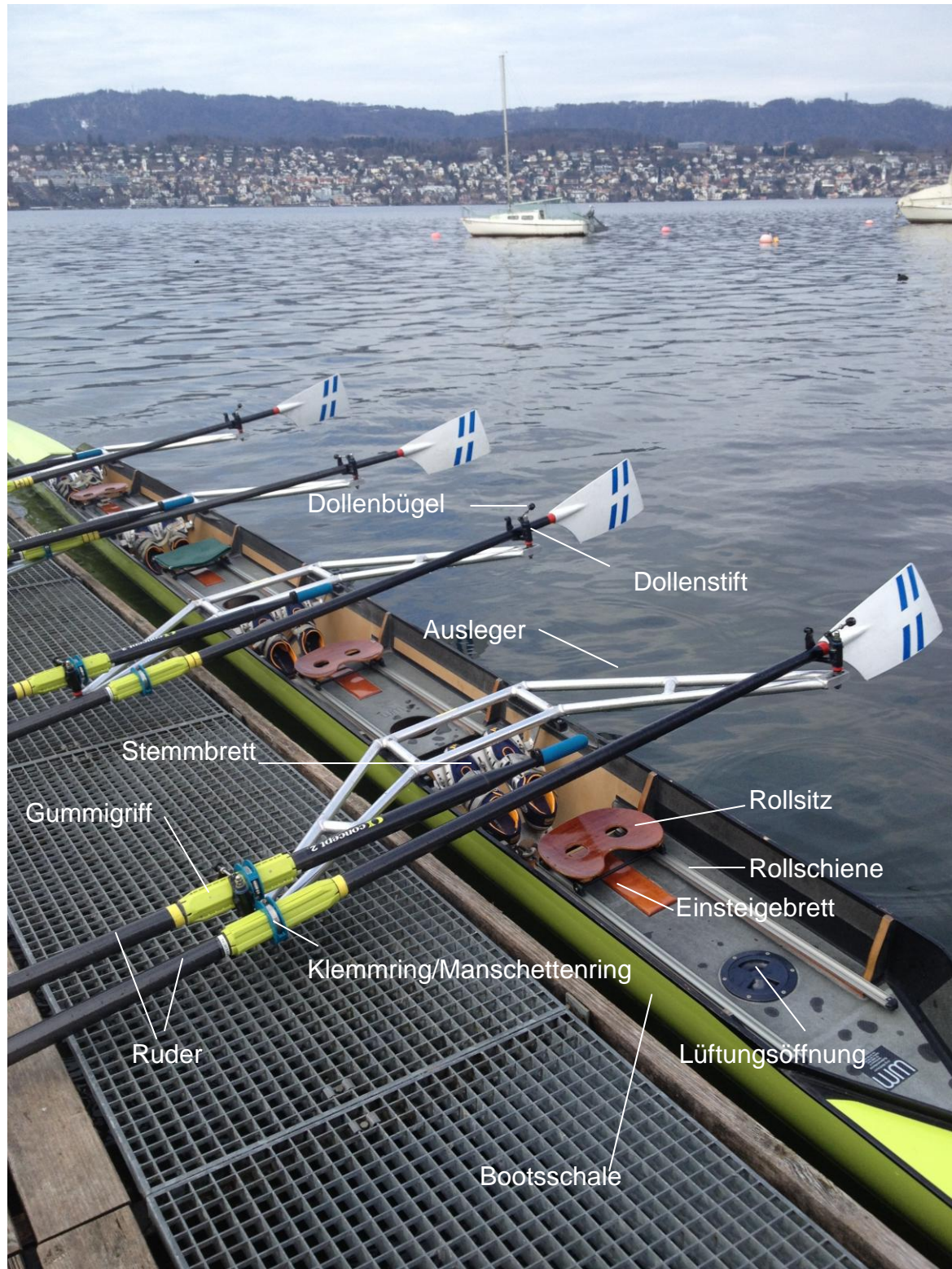
Schweben	<b>Schweben-schwebt.</b> Wie <b>Und-fert</b> in der Grundstellung, aber Blätter abgehoben und Beine ganz gestreckt.
Seitliches Verschieben	<b>Scheren.</b> Seitliches Verschieben des Bootes. Dabei wird im Bug kräftig gezogen und gleichzeitig im Heck kräftig gestossen.
Sofortiges Anhalten	<b>Stopp!</b> Notkommando bei Kollisionsgefahr. Das Boot muss innert kürzester Zeit zum Stillstand gebracht werden. Ohne vorbereitendes Kommando. Bei diesem Kommando müssen die Ruder sofort aufgedreht, eingetaucht und mit aller Kraft festgehalten werden.
Wenden an Ort	<b>Rollenwende.</b> Über Steuerbord oder Backbord, mit Rollen.
Wenden mit grossem Radius	<b>Wenden.</b> Einseitig vor- oder rückwärts rudern, ohne zu rollen.

## Begriffe

Anlegen/Landen	Heranfahren des Bootes an Steg oder Ufer
Backbord	In Fahrtrichtung, linke Bootseite, rot
Steuerbord	In Fahrtrichtung, rechte Bootseite, grün
Bugmann/-frau	Achtet auf freie Fahrt
Schlagmann/-frau	Der Ruderer am nächsten beim Heck bestimmt die Schlagzahl
Schlag	Zeit bzw. Ablauf einer Ruderbewegung von Finish zu Finish
Schlagfrequenz	Zahl der Schläge je Minute
Steuermann/-frau	Bedient die Steuerleine und achtet auf freie Fahrt

Kapitel: <b>Zuteilung, Handhabung und Unterhalt von Booten</b>	Dokument Nr. 4.01
Thema: Ruderboot und Ruder, technische Begriffe	

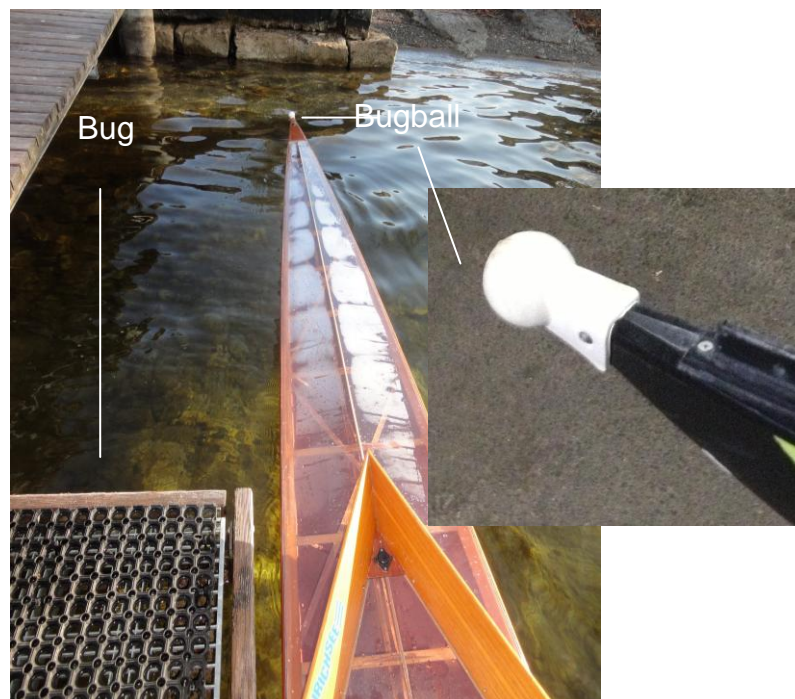
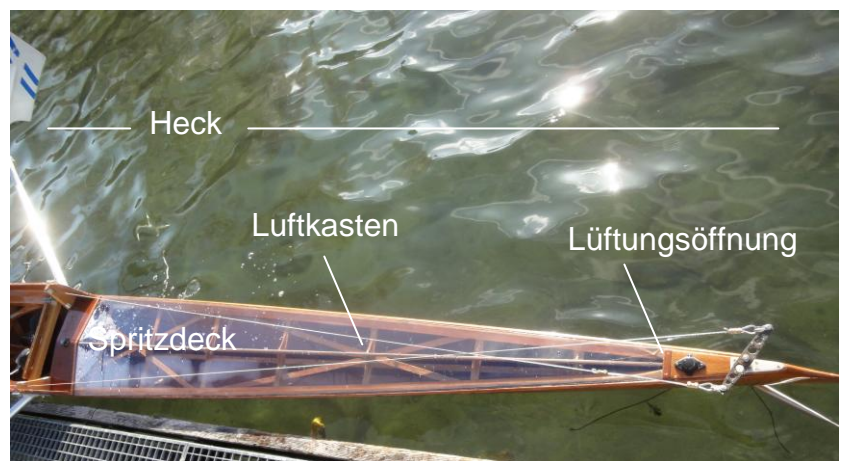
## Bezeichnungen





## Weitere Begriffe

Bootsschale	Schiffskörper; gesamter Bootsteil unterhalb der Scheuerleiste
Bug	Vorderteil des Bootes
Heck	Hinterteil des Bootes
Luftkasten	Abgeschlossener, wasserdichter Schwimmkörper des Bootes
Lüftungsöffnungen	Vor und nach jeder Ausfahrt schliessen und öffnen
Rollbahn	Rollschienen zum Hin- und Herrollen des Rollsitzes
Schwert	Meistens halbmondförmige Metall- oder Kunststoffscheibe am Kiel, heckseits. Zum besseren Kurshalten
Spritzdeck	Wasserdichtes Plastikverdeck auf den Luftkästen





Kapitel:	<b>Zuteilung und Handhabung Boote</b>	Dokument Nr. 4.02
Thema:	Bootsbestand und Boots-zuteilung, Ruderverzeichnis	

Mit der richtigen Bootswahl können Unfälle und Bootsschäden auf einem Minimum gehalten werden.

## Bootstypen

Die Boote werden wie folgt unterschieden:

- **Breite Boote.** Meistens Typ C-Gig (z.B. Breiti) und
- **Schmale Boote.** Auch Rennboote genannt (z.B. Wyden)

## Voraussetzungen zur Nutzung der verschiedenen Bootstypen

- **Selbstständige Ruderer benutzen die breiten Boote.**  
Als selbstständige Ruderer gelten Ruderer, die:
  - den Einführungskurs absolviert haben
  - nach dem Einführungskurs mehrere Ausfahrten getätigt haben (Mittwochrudern)
  - **eine Einführung in das selbstständige Rudern bekommen haben.**
- **Erfahrene Ruderer benutzen breite und schmale Boote.**  
Als erfahrene Ruderer gelten Ruderer, die:
  - regelmässig mit schmalen Booten unterwegs sind und deshalb über eine umfassende Ruderkompetenz verfügen
  - Erfahrung mit verschiedenen Bootstypen haben
  - mit unterschiedlichen Mannschaften in verschiedenen Schlag- und Steuerpositionen rudern
  - in verschiedenen Gewässern rudern
  - Sicherheitsmassnahmen kompetent umsetzen
  - Wetterprognosen und –veränderungen kompetent beurteilen
  - die Fahrordnung umsetzen
  - Risikosituationen bewältigen
  - gewandt sind im Umgang mit Ruderkommandos
- **Zuteilung:**
  - **Die verbindliche Zuteilung in selbstständige oder erfahrene Ruderer ist noch offen.**

## Ausnahmen und Ergänzungen

- Selbstständige Ruderer können zusammen mit erfahrenen Ruderern in schmalen Booten mitrudern, wenn mindestens die Hälfte der Mannschaft aus erfahrenen Ruderern besteht. So können Erfahrungen gesammelt werden.
- Selbstständige Ruderer können schmale Boote benutzen, wenn dies unter kompetenter Begleitung geschieht.
- Für die Benutzung von schmalen Skiffs ist eine Einführung in das Skiffrudern erforderlich.



## Die Boote im Überblick

Im „alten“ Bootshaus können alle Boote verwendet werden ausser:  
Rowbert (4x), Quattro (4x), Moby (1x) und Palü (1x).

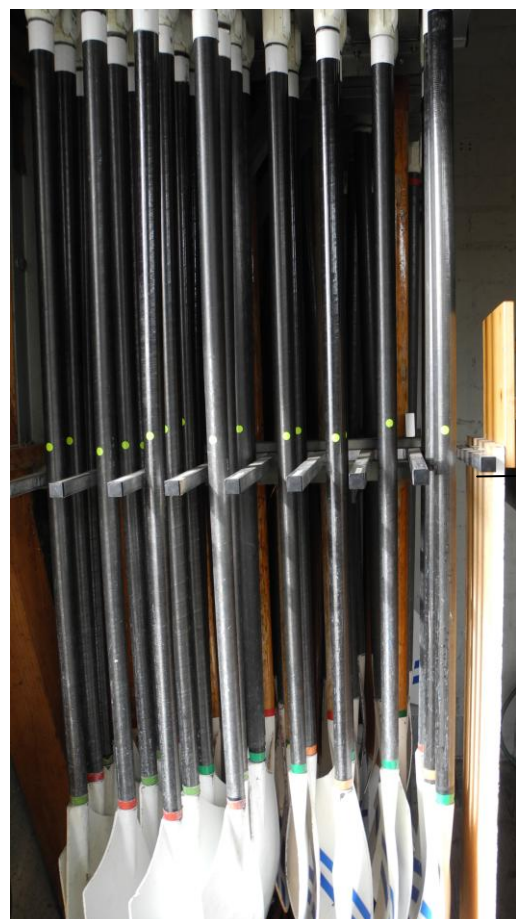
Personen	Name	Typ	Bemerkungen
Skiff	Blu	Breites Boot	
	Bianco	Breites Boot	
	Holzi	Rennboot	Ab 80 kg
	Toujours II	Rennboot	80 kg
	Koi	Rennboot	Ab 80 kg
	Big Wels	Rennboot	Ab 85 kg
	Hecht	Rennboot	Ab 60 kg
	Ping/Pong	Rennboot	Vor allem für Kenterübungen und Proberudern
	Zweier	Wanne	Breites Boot
Knurrli		Breites Boot	
Zupf		Breites Boot	Achtung Schwert
Winkel II		Rennboot	70-80 kg
Edle		Rennboot	80 - 95 kg
Chiller		Rennboot	Ab 85 kg, Vorsicht: Holzboot
Paschi		Rennboot	Vorsicht: Holzboot
Ifang		Rennboot	Riemen
Dreier	Sigst	Breites Boot	
Vierer	Wyden	Rennboot	
	Chörbler	Rennboot	Vorsicht: Holzboot
	Geissehänker	Breites Boot	Riemen. Nostalgie-Boot
Fünfer	Breiti	Breites Boot	
	Baumgarten	Breites Boot	
	Schopf	Rennboot	Nostalgie-Boot
Achter	Erlibach	Rennboot	

Bei Fragen können Auskünfte bei einem routinierten Ruderer oder beim Chef Breitensport eingeholt werden.

## Ruder / Skull

Generell gilt: Je länger die Ruder, desto strenger das Rudern.

Holm	Stiel des Ruders
Ruderblatt	Flacher, gewölbter Teil am Ende des Ruders
Manschette	Kunststoffbelag, worauf der Klemmring montiert ist
Big Blades	Asymmetrische Ruderblätter
Macon	Symmetrische Ruderblätter
Riemen	Der Ruderer hat nur ein Ruder (zum Beispiel im Achter)
Skull	Umgangssprachlich für Ruder. Der Ruderer hat in jeder Hand einen Skull



Die signalgrünen Punkte müssen nach vorne zeigen.

# HANDBUCH RUDERCLUB ERLNBACH



<b>Ruder Nr.</b>	<b>Länge in cm</b>	<b>Verwendung</b>
1 - 2	289	v.a. für 4x und 5x
3 - 4	289	v.a. für 4x und 5x
5 - 6	288	für alle Boote
7 - 8	288	für alle Boote
9 - 10	288	für alle Boote
11 - 12	288	für alle Boote
13 - 14	288	für alle Boote
15 - 16	288	für alle Boote
17 - 18	287	für Skiffs und weniger starke Teams
19	285	für weniger starke Ruderer im Skiff
<b>Ohne Nr.</b>		
		Ruder für Edle, grüne Ringe 1-2
286		Ruder für Hecht (Skiff)
		Ruder für Wyden (4x), gelbe Ringe 1-4

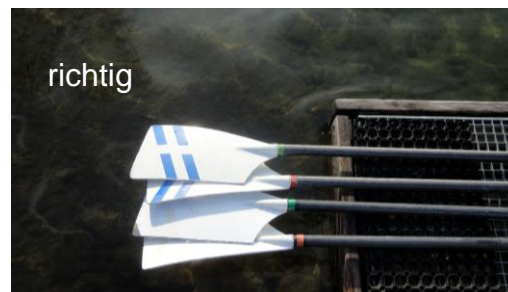
Ausserdem können alle Ruder mit Macon-Blättern verwendet werden.

Kapitel:	<b>Zuteilung, Handhabung und Unterhalt von Booten</b>	Dokument Nr. 4.03
Thema:	Handhabung Boote und Ruder	

Die Boote und Ruder, welche der RCE den Ruderern zur Verfügung stellt, sollen korrekt behandelt werden.

## Im Bootshaus

- **Zum Boot passende Ruder auswählen:** Es passen alle Ruder zu allen Booten. Ausnahmen sind die Boote Wyden, Edle und Hecht. Siehe separate Beschriftung auf den Rudern. Weitere Hinweise finden sich auf [04.02 Bootsbestand und Zuteilung, Ruderverzeichnis](#).
- **Ruder vom Bootshaus zum Steg bringen:** Ruderblätter vorne tragen, da die Blätter heikler sind als die Gummigriffe, die hinten weniger Schaden anrichten können. Beim Hinlegen der Ruder ist darauf zu achten, dass nur der Holmen auf den Steg zu liegen kommt.



- **Bereitstellung der Böcke.** Das Bereitstellen der Böcke vor dem Bootshaus ermöglicht eine gute Sicht auf das Boot, auf die Stembretter und vermindert die Staugefahr. Bei grossem Andrang kann zusätzlich auf die Wiese ausgewichen werden.

- **Rollauszüge mit Boot auf Kommando herausziehen:** Boot anheben auf Kommando, [03.06 Kommandos und Begriffe](#). 4x/5x: Je zwei Ruderer stehen Rapperswil-/Zürich-seitig und heben an.

2 Personen Bugseite



2 Personen Heckseite

- **Boot auf Böcke legen:** Darauf achten, dass das Schwert nicht auf den Bock zu liegen kommt.
- **Rollauszüge zurückschieben:** Hängevorrichtung von Blue, Bianco und Skiffs einhängen und hochziehen.
- **Boot zum Steg tragen:** Boot anheben auf Kommando, [03.06 Kommandos und Begriffe](#)

## Am Steg

- **Boot über Kopfende des Steges einwassern:** Alle breiten Boote können über das Kopfende des Steges eingewassert werden. Wichtig ist, dass beim Hineinschieben beide Bordwände horizontal liegen, damit das Boot nicht auf einer Seite aufschlägt. Beim Einwassern gibt es zwei Varianten:
  - **Ablegen des Bootes auf dem Kiel möglich:** Breiti und Baumgarten können am Stegende sorgfältig auf dem Kiel abgelegt und ins Wasser geschoben werden, da sie eine Metallschiene auf dem Kiel haben.
  - **Ablegen des Bootes nicht möglich:** Sigst, Zupf, Wanne, Knurli, Geissenhenker sowie Bianco und Blue. Beim Zupf darf ausserdem das Schwert den Steg nicht berühren.
- **Boot auf Seite des Steges einwassern:** Die schmalen Boote werden direkt und ohne Stegberührung seitwärts ins Wasser gelegt. Achtung Schwert.
- **Stegseitiges Ruder befestigen:** Das andere Ruder in Dollen legen. Die Dollen sind Richtung Heck ausgerichtet.

- **Boot sichern:** Es muss stets eine Person das Boot vom Steg weghalten. Das Boot darf den Steg auch bei Wellengang nicht berühren.



## Anlegen

Ruder auf das uferseitige Ende des Stags legen, gleich wie vor der Fahrt.

## Am Steg, vor- und im Bootshaus

- **Boot herausheben:** Analog Einwassern. Auf Kommando, [03.06 Kommandos und Begriffe](#). Das Boot so herausheben, dass die Bootsschale den Steg nicht berührt.
- **Rollschienen reinigen:** Putzmaterial zum Trocknen aufhängen.







- **Boot reinigen:** Putzmaterial zum Trocknen aufhängen.
- **Boot versorgen:** Rollauszüge herausziehen. Boot so anheben, dass die Ruderschale nicht beschädigt wird. Markierungen beachten.
- **Ruder versorgen:** Ruder so versorgen, dass die Nummer und die signalfarbenen Punkte sichtbar sind. Nur ein Paar Ruder aufs Mal tragen.



Kapitel:	<b>Zuteilung, Handhabung und Unterhalt von Booten</b>	Dokument Nr. 4.04
Thema:	Individuelle Einstellungen am Ruderboot	

Korrekte Einstellungen am Ruderboot sind vor jeder Ruderfahrt unerlässlich.

## Stembrett

- **Längeneinstellung:** Kontrollieren und eventuell anpassen. Die ideale Stembrettposition ist dann erreicht, wenn man - aufrecht im Boot sitzend - die Enden der beiden Gummigriffe mit der einen Hand auf gleicher Höhe zusammenhält und dann mit der andern Hand noch eine Faust zwischen das Brustbein und die Gummigriffe legen kann.  
Da die richtige individuelle Einstellung nur im Boot sitzend definiert werden kann, sollte man sich die Einstellung pro Boot merken. So kann die Einstellung bereits auf den Böcken vorgenommen werden. Es muss darauf geachtet werden, dass bei der Längenverstellung des Stembrettes die Grundeinstellung der Neigung nicht unbeabsichtigt verändert wird.
- **Höheneinstellung:** Je nach Boot kann die Höhe des Stembrettes verstellt werden.
  - **Höhere Position:** Besserer Horizontalantrieb, schlechtere Kompression in der Auslage.
  - **Tiefere Position:** Weitere Auslage möglich, beschränkter Krafteinsatz, der Ruderer könnte vom Rollsitze abheben.
  - **Tipp:** Die Stembretthöhe so einstellen, dass eine optimale Kompression in der Auslage gewährleistet ist. Das Schienbein ist senkrecht, die Knie auf Höhe der Achseln. Der Kontakt zum Rollsitz wird auch bei grösstem Krafteinsatz aufrechterhalten.
  - **HeelFlex:** Bei Booten mit HeelFlex (schwarze Schuhaufgaben in den Gig) ist die Locheinstellung so zu wählen, dass die Schuhenden beim Ende des Stembrettes zu liegen kommen.
- **Neigungswinkel:** Die bestehende Grundeinstellung sollte nicht verstellt werden.
  - **Steilere Position:** Bessere horizontale Kraftübertragung, aber Einschränkung der Kompression in der Auslage.
  - **Flachere Position:** Fersen früher auf dem Stembrett zur Kraftübertragung. Problematisch bei der Kniestreckung im Endzug.

## Rollschienen

Die Rollschienen müssen nur selten verstellt werden.

- Kontrollieren, ob die beiden Rollschienen in der gleichen Position sind und ob die 2-4 Flügelmuttern unten angezogen sind.
- Die Rollschienen sollten bei der Verbindungslinie der beiden Dollenstifte enden, maximal 0-3 cm Richtung Heck.

## Übrige Einstellungen

Von der Verstellung der Dollenabstände, der Dollenhöhen, der Winkel von Ruder-Manschetten und Dollen sowie der Ruder-Innenhebel ist abzusehen. Bei Bedarf soll ein erfahrenes Mitglied beigezogen werden.



Kapitel:	<b>Handbuch Ruderclub Erlenbach</b>	
Thema:	Anhang mit Formularen	



Kapitel:	<b>Organisation und Regeln</b>	Dokument Nr. 1.02a
Thema:	Formular Voraussetzungen zum Rudern im RCE	

## Voraussetzungen

Um im RCE rudern zu können, müssen folgende Bedingungen erfüllt sein:

- Ein Interessent muss 300 Meter im tiefen Wasser schwimmen können.
- Jeder Ruderer ist haftbar für die von ihm verursachten Schäden.

Unterschrift Interessent

---

Datum

---

Das unterzeichnete Formular bitte per Post (nicht per Mail) an den Präsidenten des Ruderclubs Erlenbach schicken.



Kapitel:	<b>Organisation und Regeln</b>	Dokument Nr.1.02b
Thema:	Aufnahmegesuch Ruderclub Erlenbach	

## Anmeldung

Mit Cursor auf graues Feld. Weiter mit F11.

- Aktiv A**
 **Aktiv A, Zweitmitgliedschaft mit anderem Club**  
 **Aktiv A, Partner/Paare an gleicher Wohnadresse**
 **Aktiv B, ohne Rudern**  
 **JuniorIn, bis 18 Jahre**

<b>Vorname</b>	
<b>Name</b>	
<b>Geburtsdatum</b>	
<b>Staatsangehörigkeit</b>	
<b>Adresse</b>	
<b>PLZ, Ort</b>	
<b>Telefon Privat</b>	
<b>Telefon Geschäft</b>	
<b>Telefon Mobil</b>	
<b>E-Mail</b>	
<b>Anderer Ruderclub</b> (bei Zweitmitgliedschaften)	
<b>Name bisheriger Ruderclub</b> (bei Übertritt von anderem Club)	
<b>Geruderte km/Jahr</b> (bei Übertritt von anderem Club)	

Mit der Unterzeichnung dieser Anmeldung bestätige ich, dass ich ohne Unterbruch 300 Meter im tiefen Wasser schwimmen kann, und dass ich für verursachte Schäden verantwortlich bin:

Ort, Datum:

Unterschrift: .....

Minderjährige InteressentInnen: Einverständnis des/der gesetzliche/n Vertreters/Vertreterin:

Vorname/n und Name/n

Ort, Datum, Unterschrift/en: .....

**Formular bitte an folgende Adresse senden:** Olivier von Moos, Gruebstrasse 27, 8706 Meilen



Kapitel:	<b>Organisation und Regeln</b>	Dokument Nr.1.05a
Thema:	Formular Bootsschaden und Materialschaden	

Bitte alle Textfelder ausfüllen (weiter mit F11). Dann „senden“ drücken und Formular mailen.

## Schadenfall

Datum des Schadenfalls resp. seiner Entdeckung

Art des Schadens: Bootscha Materialscha (z.B. Ruder, Schwimmweste, Dusche)

Bootsname

Schaden bestand bereits vor der Ausfahrt? ja  nein

Boot noch ruderbar? ja  Formular an Reparaturtafel anheften und E-Mail an material@rudercluberlenbach.ch

nein  Formular an Reparaturtafel anheften und E-Mail an material@rudercluberlebach.ch

Wenn Boot nicht mehr ruderbar, Defekt-Tafel gut sichtbar am Boot angebracht? ja

Wo befindet sich das Boot?

Weitere Angaben zum Schaden

Wie ist der Schaden entstanden

Beteiligte Mannschaft:

Position	Vorname	Name	Telefon	Email
1 (Bug)				
2				
3				
4				
5				

Nicht ausfüllen

senden

Repariert durch ..... Datum ..... Aufwand (Stunden) .....

Material .....

Materialkosten CHF ..... Nr. ....