

Tipps zum Handling von Booten und Material

Nebst den rudern den Mitgliedern sind die Boote und das dazugehörige Material das wichtigste Kapital des Ruderclubs! Die nachfolgende Auflistung soll helfen, Schäden an Personen und Gütern zu vermeiden.

1. Bevor man an's Boot geht:

Einteilung der Mannschaft; Verteilung am Boot nach Kraft oder Grösse für das Tragen (hat nichts mit dem Sitzplatz im Boot zu tun!), sollte an beiden Enden des Bootes ausgeglichen sein. Die Kommando-gebende Person ist stets die Hinterste (welche also den besten Überblick hat und von Allen am besten gehört wird).

Sich vergewissern, dass freie Bootsböcke draussen stehen oder beim Zurücktragen die Halle frei ist.

Prüfen, ob oberhalb des Bootes alle Dollen mit Filzkappen geschützt sind.

Lautes Kommando „**an's Boot**“. Auf gute Verteilung der Personen in der Längsachse des Bootes und in Bezug auf die Ausleger-Gestänge achten!

Die kommandierende Person soll wissen, was „ihre“ Mannschaft/die Bootsträger als nächstes tun müssen: Boot herausziehen, links/rechts symmetrisch verteilt aufstellen, Boot anheben (2 Varianten: „Köfferli-Griff“ oder „auf die Schultern“), dann „vorwärts auf die Böcke“, „vorwärts auf den Steg“ oder „vorwärts in die Halle“.

2. Wenn's los geht:

Immer daran denken, sehr laut und deutlich zu sprechen (es gibt unter Umständen viel Umgebungslärm: Geschwätz in der Halle, Lärm der Bahn, Kirchengeläut usw.).

Aufmerksamkeits-Kommando: „Mitenand“, dann kurz warten und sich versichern, dass Alle „da“ sind. Als Nächstes: **was** soll man tun (z.B. „in Köfferli-Griff“ oder „auf die Schulter“ oder „hoch“)? Nochmals kurz warten, dann **„auf“**.

3. Wie soll man's machen:

Um gesundheitliche Schäden zu verhüten: richtige Körperhaltung einnehmen. Immer „aus den Beinen“ heben und nicht aus den Schultern oder mit dem Rücken! Immer als Team arbeiten (einen 4er alleine zu heben schadet, zu viert richtig gemacht ist es kein Problem); Loslassen stets nur auf Kommando! Darauf achten, was den Anderen machen (seitwärts

Austreten 3 auf eine Seite und 1 auf die andere bedeutet grosse Belastung für die einzelne Person). Nicht vergessen, ein **Kommando zu geben!** Und das Kommando auch befolgen!!!
Trag-Arten: „**Köfferli-Griff**“ ist klar. Für die Schulter gibt es 2 Möglichkeiten: „**auf die Schultern links + rechts**“ oder „**Schulter hochkant links**“ (bzw. rechts). „**Hoch**“ heisst immer: das Boot gerade über die Köpfe, Arme ausgestreckt.
Das Kommando soll lauten: 1) **Aufmerksamkeitskommando** „Mitenand“, dann 2) **Tragart**, dann nach kurzer Pause 3) **Ausführungskommando** „auf“.

Ablegen des Bootes: a) **aus den Tragarten „hoch“ oder „Schulter hochkant“:**
Aufmerksamkeits-Kommando „**Mitenand**“, dann „**innen fassen**“ (Stemmbrett oder Spant oder Boots-Aussenkante/Bordwand), erst wenn Alle bereit sind: „**Boot in die Schale, ab**“ oder „**Boot in's Wasser, ab**“.
b) **aus den Tragarten „Schulter links + rechts“ oder Köfferligriff“:**
Aufmerksamkeitskommando, dann „**Boot ab**“.

Auswassern: zuerst klar die **Struktur festlegen** (wer hebt an welchem Platz. Auch hier spielt die vorherige Sitzordnung im Boot keine Rolle: **Kraft** und Körpergrösse sollen sinnvoll vorne und hinten am Boot verteilt sein !); wissen, in welcher Richtung das Boot in die Halle kommt (Bug oder Heck voran). Das Kommando gibt die hinterste Person! Vorbereitungskommando „**an's Boot, innen fassen**“, dann „**mitenand**“ – kurze Pause ! – „auf“. Das Boot ist nun auf Hüfthöhe. Etwas vom Stegrand wegtreten, Vorbereitungskommando „**was tun**“ (Möglichkeiten: „**Schultern links + rechts, Nr. 1 + 3 rechts, Nr. 2 und 4 links**“ oder „**hoch nehmen**“), Vorbereitungskommando „**mitenand**“ – kurze Pause – „auf“.

Weg zurücklegen mit dem Boot: man sollte immer die am wenigstens anstrengende Tragart wählen (aus meiner Erfahrung sind dies der „Köfferligriff“ oder „Schulter links + rechts“. „Schulter hochkant“ geht dann, wenn das Boot wirklich ganz hochkant getragen wird). **Innerhalb der Halle** ist die Tragart „**Schulter hochkant**“ am sichersten, weil das Risiko von Kollisionen der Ausleger mit Torumrandung, anderen Auslegern oder Bootsträgern am geringsten ist.
Nimmt die Mannschaft das Boot aus der „Hoch“-Position hinunter ist ein klares Kommando sehr wichtig (hier sind übelste Szenen zu beobachten ...). Struktur: was will man tun? („linke oder rechte – **Schulter hochkant**“, „**Schulter links + rechts**“ oder bei Riemenbooten üblich „**gegen die Ausleger-Seite auf die Schulter**“ oder „**gegen die Ausleger-Seite in den Köfferligriff**“ . Hier ist wichtig, dass jede Person weiss, ob sie rechts oder links austreten muss! **Vor dem Ausführungskommando bestimmen !!**).

Mit diesen Tipps sollte es möglich sein, Schäden an Mensch und Material zu minimieren. Das beste Kommando nützt jedoch nichts, wenn es zu leise oder unklar vermittelt oder nicht befolgt wird.