

Informationen über die Boots- und Leistungsklassifikationen im URCD

| | A = Anfänger A = Betreutes Rudern, "Begleitetes Steuern" | F = Fortgeschritten F = Obmann auf der Hausstrecke | E = Erfahren F = Obmann auf der Hausstrecke | S = Sehr erfahren S = Obmann auf der Hausstrecke | W = Wanderfahrten W = Obmann auf Binnengewässern | Organisation von Wanderfahrten |
|-----------------------------------|---|---|---|---|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> Typische Bootsklasse Gig-Mannschaftsboot (handgesteuert) Übliches Ruderrevier Hausstrecke Fischerheim bis KWBH | <ul style="list-style-type: none"> Typische Bootsklassen Gig-Boot (fuß-/ungesteuert) ggf. Rennboot Übliches Ruderrevier Hausstrecke Fischerheim bis KWBH | <ul style="list-style-type: none"> Typische Bootsklasse Renn-Boot (Skull & Riemen, 1x, 2x, 2-, 4x) Übliches Ruderrevier Hausstrecke Fischerheim bis KWBH | <ul style="list-style-type: none"> Typische Bootsklasse Rennboot (Skull & Riemen, 1x, 2x, 2-, 4x) Übliches Ruderrevier Hausstrecke FiHe-KWBH, Regattastrecken | <ul style="list-style-type: none"> Typische Bootsklasse Handgesteuerte Gig-Mannschaftsboote Übliches Ruderrevier Binnengewässer, Bundeswasserstraßen | |
| Erwartetes praktisches Können | <ul style="list-style-type: none"> Grundlegende Rudertechnik Einsetzen und Herausnehmen Bei Wassertemperaturen unter 10°C ist das Rudern im Einer für alle A-Ruderer und Ruderinnen untersagt! Für das Rudern in Gig-Booten gilt erhöhte Vorsicht! | <ul style="list-style-type: none"> ca. 1 000 km als A-Ruderer Fahrten im Einer und Doppel-Zweier Steuererfahrung auf der Hausstrecke in hand-, fuß- und ungesteuerten Booten Praktische F-Prüfung im Gig-Boot <ul style="list-style-type: none"> - Tragen, Einsetzen und Herausnehmen - An- und Ablegen - Klare, angemessene Kommandogabe - Alle Wende- und Ausweichmanöver, Not-Stop, Überziehen, Streichen, Ruder lang | <ul style="list-style-type: none"> ca. 2 000 km als F-Ruderer Fahrten im Rennboot (1x, 2x, 4x) Praktische E-Prüfung im Rennboot <ul style="list-style-type: none"> - Tragen, Einsetzen und Herausnehmen - An- und Ablegen, Aktives Ablegen - Alle Wende- und Ausweichmanöver - Streichen, Not-Stop, Kommandogabe - Kentern und Einsteigen vom Wasser aus | <ul style="list-style-type: none"> ca. 3 000 km als E-Ruderer Fahrten in Skull- und Riemenbooten Teilnahme an drei Regatten im Rennboot Praktische S-Prüfung im Skiff und im Zweier ohne! <ul style="list-style-type: none"> - Prüfung der sicheren, fehlerfreien Beherrschung und der sachkundigen, versierten Handhabung im Skiff und Zweier ohne | <ul style="list-style-type: none"> ca. 3 000 km als F-Ruderer Teilnahme an einem Obmann-Lehrgang in Theorie und Praxis Grunderfahrung <ul style="list-style-type: none"> - durch die Teilnahme an drei Wanderfahrten - im Boottransport und der Verladetechnik - im Schleusen und Bootsruutschen Empfohlen wird die Teilnahme an Rhein-Steuerlehrgang oder ähnliches | <ul style="list-style-type: none"> Benennung eines verantwortlichen Fahrten-Fahrtenleiters bzw. einer Fahrtenleiterin Organisation von Wanderfahrten nur durch erfahrene Obmänner /-frauen Einsatz ausschließlich von handgesteuerten Gig-Booten Die Anmeldung sollte mindestens zwei Monate vorher mit Beschreibung, Teilnehmerliste und Zeitraum erfolgen. |
| Erwartete theoretische Kenntnisse | <ul style="list-style-type: none"> Bootskunde, -pflege, -kosten /1/ Ruderbefehle /1/ Verhalten am URCD Steg /1/ Ruderstaus, Nutzung der Boote /1/ Rudertechnik /3/ (S. 24 ÷ 28) Manövrieren in Notfällen /4/ (S. 37-39) | <ul style="list-style-type: none"> Gefahrenstellen der Hausstrecke /1/ Brücken, Rechtsfahrgebot, Überholen Schwimmer, Stand up Paddler Verhalten bei Gewitter, Sturm, Nebel Dunkelheit, Hoch-, Niedrigwasser /1/ Rudern im Winter /1/ Verantwortung im Ruderboot /2/ Bootsführer, Steuermann, Obmann /1/ Boote Steuern und Führen /2/ (S. 36-43) Gefahren beim Schleusen /2/ (S. 56-60) | <ul style="list-style-type: none"> /1/ Fahrtenordnung (URCD) /2/ Sicher Rudern (DRV, Kosten 7 Euro) /3/ Grundkurs-Rudern-Grabow (pdf) /4/ Sicher Rudern (P. Roller) | <ul style="list-style-type: none"> Erhältlich in der URCD Geschäftsstelle Erhältlich in der URCD Geschäftsstelle http://www.mrv1905.de/grundkurs-rudern/ http://sicher.rudern-in-stuttgart.de/ | <ul style="list-style-type: none"> Boote Steuern und Führen /2/ (S. 44-51) Wellen, Entstehung, Wellen annehmen Verkehrsverhalten, Schiffsverkehr Verkehrsregeln /2/ (S.64 ÷ 68) Verkehrszeichen /2/ (S.70 ÷ 81) Binnenschiffverkehrsverordnung /2/ Boots- und Schiffsschleusen /2/ Bootsruutschen, -gassen, -schleppen /2/ Besonderheiten auf Seen u. Kanälen /2/ Bootsausrüstung bei Wanderfahrten /2/ Rudern in der Natur /2/ | <ul style="list-style-type: none"> Erfahrungsnachweis des Zugfahrzeug-fahrer z.B. durch einen LRV-BW Kurs Empfehlung: Bootsbesetzung auf Wander-fahrtbooten mindestens je ein W-Obmann mit einem weiteren F- oder E- oder S-Obmann Die Wanderfahrt wird beim Wanderruder-wart beantragt, der die Ressortabstimmung schnellstmöglich herbeiführt |
| Praxis | <ul style="list-style-type: none"> Grundkurs Rudern (URCD, 10 Ausfahrten) Grundkurs A-Kenntnisse (URCD) Empfohlen Rettungsschwimmer (DLRG) | <ul style="list-style-type: none"> Grundkurs F-Kenntnisse (URCD) Wanderfahrten, Tagestouren (URCD, ...) Empfohlen Erste Hilfe Kurs (DRK) | <ul style="list-style-type: none"> Skiff-Kurs (URCD) Kentern und Wiedereinsteigen Wanderfahrten auf Binnengewässern | | <ul style="list-style-type: none"> Obmannkurs (URCD, DRV, ...) Anhängerkurs (LRV-BW, ...) Wanderfahrten (URCD, DRV, ...) | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|---|---|----------------|-----------|---|--------------------|------------|---|-----------------|------------|---|------------------------------|--|--|
| Rudern im Winter bei Wassertemperaturen unter 10 Grad. | <ul style="list-style-type: none"> Bei Wassertemperaturen unter 10 Grad wird dringend empfohlen, in Einern und Zweiern nur in Begleitung und mit geeigneten Rettungsweste zu rudern. - Das Tragen einer Rettungsweste hilft das Gesicht aus dem Wasser zu halten, um Wasserschlucken zu vermeiden. - Die Rettungsweste ermöglicht dir, stillzuhalten und eine Körperhaltung einzunehmen, die den Wärmeverlust reduziert. - Das Tragen einer Rettungsweste vergrößert eindeutig die Überlebenschancen, ist aber keine Garantie - Auf keinen Fall sollte man damit rechnen, nach dem Sturz ins Wasser noch in aller Ruhe die Schwimmweste anlegen zu können Für die Beschaffung und Verwendung geeigneter Rettungswesten sind die Mitglieder selbst und persönlich verantwortlich. <p>60% der Ertrinkungsfälle passieren in den ersten 15 Minuten, lange bevor die Unterkühlungssymptome zu erwarten sind.</p> | | | | | | | | | | | | | | | |
| | <table border="1"> <tr> <td>1. Trockenes Ertrinken</td> <td>(< 30 s)</td> <td>Beginn innerhalb 30 Sekunden nach dem Eintauchen Beim Eintauchen ins kalte Wasser kann es in bis zu 20% aller Fälle zu einem Reflex kommen bei dem der Luftweg durch eine Muskelverkrampfung geschlossen wird.</td> </tr> <tr> <td>2. Kälteschock</td> <td>(1-5 min)</td> <td>Ertrinken durch Akutreaktionen innerhalb 1-5 Minuten nach dem Eintauchen. Das plötzliche Eintauchen ins kalte Wasser ist weit gefährlicher als allgemein angenommen. Extrem tiefer unfreiwilliger Atemzug, gefolgt von schnellen und ungeordnetem Atmen, massiver Anstieg von Herzfrequenz und Blutdruck, Panik, Willensverlust.</td> </tr> <tr> <td>3. Schwimmversagen</td> <td>(3-30 min)</td> <td>Ertrinken nach 3 -30 Minuten durch Versagen der Muskeln Die rapide Abkühlung der Arm- und Beinmuskulatur führt zu einem Verlust der Fähigkeit zu Schwimmen, das Festhalten am Boot oder Rettungsmitteln ist stark beeinträchtigt. 55% der Ertrinkungsfälle ereignen sich weniger als 3 m und 42% weniger als 2 m von der Rettungsmöglichkeit (Boot, Ufer, Rettungsring, Rettungsleine) entfernt</td> </tr> <tr> <td>4. Unterkühlung</td> <td>(> 30 min)</td> <td>Häufigste Todesursache ab 30 Minuten zunehmend Ertrinken durch Bewusstseinsverlust oder Herz-Kreislaufversagen. Ohne Schwimmweste verringert sich die Überlebenszeit in diesem Stadium um bis zu 50%</td> </tr> <tr> <td>5. Kollaps nach der Rettung.</td> <td></td> <td>Während oder Stunden nach der Rettung ereignen sich bis zu 20% der Todesfälle. Die Unterkühlung im Körperkern schreitet nach der Rettung noch weiter fort! Tod durch Kreislaufkollaps, Herzrhythmusstörungen, Kreislaufvolumenmangel etc.</td> </tr> </table> | 1. Trockenes Ertrinken | (< 30 s) | Beginn innerhalb 30 Sekunden nach dem Eintauchen Beim Eintauchen ins kalte Wasser kann es in bis zu 20% aller Fälle zu einem Reflex kommen bei dem der Luftweg durch eine Muskelverkrampfung geschlossen wird. | 2. Kälteschock | (1-5 min) | Ertrinken durch Akutreaktionen innerhalb 1-5 Minuten nach dem Eintauchen. Das plötzliche Eintauchen ins kalte Wasser ist weit gefährlicher als allgemein angenommen. Extrem tiefer unfreiwilliger Atemzug, gefolgt von schnellen und ungeordnetem Atmen, massiver Anstieg von Herzfrequenz und Blutdruck, Panik, Willensverlust. | 3. Schwimmversagen | (3-30 min) | Ertrinken nach 3 -30 Minuten durch Versagen der Muskeln Die rapide Abkühlung der Arm- und Beinmuskulatur führt zu einem Verlust der Fähigkeit zu Schwimmen, das Festhalten am Boot oder Rettungsmitteln ist stark beeinträchtigt. 55% der Ertrinkungsfälle ereignen sich weniger als 3 m und 42% weniger als 2 m von der Rettungsmöglichkeit (Boot, Ufer, Rettungsring, Rettungsleine) entfernt | 4. Unterkühlung | (> 30 min) | Häufigste Todesursache ab 30 Minuten zunehmend Ertrinken durch Bewusstseinsverlust oder Herz-Kreislaufversagen. Ohne Schwimmweste verringert sich die Überlebenszeit in diesem Stadium um bis zu 50% | 5. Kollaps nach der Rettung. | | Während oder Stunden nach der Rettung ereignen sich bis zu 20% der Todesfälle. Die Unterkühlung im Körperkern schreitet nach der Rettung noch weiter fort! Tod durch Kreislaufkollaps, Herzrhythmusstörungen, Kreislaufvolumenmangel etc. |
| | 1. Trockenes Ertrinken | (< 30 s) | Beginn innerhalb 30 Sekunden nach dem Eintauchen Beim Eintauchen ins kalte Wasser kann es in bis zu 20% aller Fälle zu einem Reflex kommen bei dem der Luftweg durch eine Muskelverkrampfung geschlossen wird. | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. Kälteschock | (1-5 min) | Ertrinken durch Akutreaktionen innerhalb 1-5 Minuten nach dem Eintauchen. Das plötzliche Eintauchen ins kalte Wasser ist weit gefährlicher als allgemein angenommen. Extrem tiefer unfreiwilliger Atemzug, gefolgt von schnellen und ungeordnetem Atmen, massiver Anstieg von Herzfrequenz und Blutdruck, Panik, Willensverlust. | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. Schwimmversagen | (3-30 min) | Ertrinken nach 3 -30 Minuten durch Versagen der Muskeln Die rapide Abkühlung der Arm- und Beinmuskulatur führt zu einem Verlust der Fähigkeit zu Schwimmen, das Festhalten am Boot oder Rettungsmitteln ist stark beeinträchtigt. 55% der Ertrinkungsfälle ereignen sich weniger als 3 m und 42% weniger als 2 m von der Rettungsmöglichkeit (Boot, Ufer, Rettungsring, Rettungsleine) entfernt | | | | | | | | | | | | | |
| | 4. Unterkühlung | (> 30 min) | Häufigste Todesursache ab 30 Minuten zunehmend Ertrinken durch Bewusstseinsverlust oder Herz-Kreislaufversagen. Ohne Schwimmweste verringert sich die Überlebenszeit in diesem Stadium um bis zu 50% | | | | | | | | | | | | | |
| 5. Kollaps nach der Rettung. | | Während oder Stunden nach der Rettung ereignen sich bis zu 20% der Todesfälle. Die Unterkühlung im Körperkern schreitet nach der Rettung noch weiter fort! Tod durch Kreislaufkollaps, Herzrhythmusstörungen, Kreislaufvolumenmangel etc. | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>Kaltwasser-Überlebens-Checkliste</p> <p>Literatur</p> | <p>http://www.rish.de/download/kalteswasser.pdf</p> <p>http://www.schiffergilde-berlin.de/inhalt/download/Ueberleben.pdf</p> | | | | | | | | | | | | | | | |