

## Sicher Rudern

### Warum ist das ein Thema für **alle** Ruderer?

Der Rudersport ist eine der sichersten Sportarten überhaupt. Schwere Unfälle gibt es nur ganz selten. Aber Unfälle, auch tödliche, geschehen auch beim Rudersport. Eine gute Ausbildung, vorausschauendes Rudern, die Beachtung geltender Regeln, Wetter und Wasserbeobachtung, regelmäßiges Üben von Rudermanövern können Gefahren mindern und sind eine Voraussetzung für eine sichere Ausübung der Sportart.

Das Befahren eines Gewässers bringt an sich schon Gefahren mit sich, die Ruderern bekannt sein müssen. Zum einen, können Ruderer kentern oder zusammenstoßen, zum anderen üben die meisten Rudervereine ihren Sport auf Schifffahrtsstraßen aus, deren Verkehrsregeln bekannt und die beachtet werden müssen. Aber auch Strömungen, Wind, Wellen, Hindernisse können Ruderer herausfordern, wenn sie unvorbereitet auftreten. Ein besonderer Augenmerk ist auf die Wassertemperatur bei einer möglichen Kenterung zu legen. Bereits ab eine Wassertemperatur  $< 15\text{ °C}$  kann es für Personen im Wasser gefährlich werden. Jeder der ein Boot besteigt, sollte wissen, was zu tun ist, wenn ein Problem während einer Ausfahrt auftritt oder wenn andere auf oder im Wasser in Not geraten sind. Die notwendigen Manöver müssen sicher beherrscht und gemeinsam ausgeführt werden können. Das setzt voraus, dass sie regelmäßig trainiert werden.

Wichtigstes Manöver im Rudersport ist der schnelle, einseitige Notstopp aus voller Fahrt. Aber auch Regeln für das Fahren in Strömungen, bei Wind und Wellen müssen geübt und beherrscht werden. Wenn die aktuellen Ruderbedingungen nicht für **alle** Mannschaftsmitglieder geeignet sind, kann es besser sein auf eine Ausfahrt zu verzichten.

Bei Ruderern und Sportlern steht natürlich das positive Erlebnis, die sportliche Anstrengung und die Geselligkeit mit gleichgesinnten Sportlern im Vordergrund. Dabei werden mögliche Gefahren leicht ausgeblendet oder verdrängt. Niemand befasst sich gerne damit, dass er und die Mannschaft bei einer Ausfahrt vielleicht in eine schwierige Situation kommen können. Um Gefahren zu vermeiden, ist es aber wichtig zu wissen, wie man sie vermeiden kann und was bei auftretenden Problemen zu tun ist. Deshalb müssen mögliche Gefahrenquellen im Voraus erkannt, durchdacht und geeignete Gegenmaßnahmen geübt werden. Ruderer müssen sich darauf vorbereiten, wie sie reagieren können, wenn ein Boot voll Wasser gelaufen ist, es zu einem Boots- oder Personenschaden auf dem Wasser oder einer Havarie kommt, eine Schiffssirene einen Warnton abgibt oder sich eine hilfsbedürftige Person im Wasser befindet. Deshalb ist es wichtig, dass Sicherheitsthemen feste Bestandteile der Aus- und Fortbildung der Ruderer sind. Rudermanöver für den Notfall sollten von jedem, der in einem Boot sitzt, sicher beherrscht werden. Bereits in einer Ruderschule und schon ab der ersten Ausfahrt sollten diese Punkte thematisiert werden.

**Sicherheitsthemen in der Ausbildung sind kein lästiges „Muss“, sondern ein Qualitätsmerkmal der Ausbildungsstätte und des Ausbilders. Vereine können damit ihre Kompetenz in der Ausbildung und im Sportbetrieb hervorheben.**

# Peter Roller

Referent für Sicherheit beim LRV BW

Auf dem Rudertag 2014 des DRV haben die Delegierten der Vereine beschlossen, dass jede Mitgliedsorganisation eine Sicherheitsrichtlinie erstellen und umsetzen soll. Im Wesentlichen wurde dort festgelegt, dass die Verantwortung für die Sicherheit unseres Sports jede Verbandsorganisation selbst zu tragen hat. Deren Ausgestaltung hat der Rudertag nur sehr grob umrissen.

In den meisten Vereinen gibt es eine Bootsnutzungs- und Ruderordnung. Eine Fahrtordnung haben aber nicht alle Vereine. In diesen Ordnungen werden Regeln für das Rudern im Verein beschrieben. **Sie sagen aber nichts darüber aus, wie man sich im Ruderboot verhalten soll, wenn es auf dem Wasser einmal brenzlig wird.** Genau diese Punkte sollen in einer Sicherheitsrichtlinie ausgearbeitet und in der Sicherheitsausbildung unterrichtet werden.

**Weiter haben die Delegierten des Rudertags 2014 beschlossen, dass die Mitgliedsorganisationen verpflichtet sind, einen Sicherheitsbeauftragten zu benennen und ab 01.01.2016 nur noch notschwimmfähige Boote zu kaufen und vorhandene Boote entsprechend nachzurüsten.**

## Sicherheit im Landesruderverband BW

Der LRVBW hat bereits vor Jahren eine **eigene Sicherheitsrichtlinie** als Empfehlung für seine Mitgliedsvereine erstellt und sie als Muster für Vereinsrichtlinien zur Verfügung gestellt. Sie steht im Internet des LRVBW, im Menü „Vereinservice“, zum Download zur Verfügung. Neben den Regeln, die auf den Gewässern zu beachten sind, greift sie schwierige Situationen auf dem Wasser auf und gibt Verhaltensempfehlungen für mögliche Reaktionen.



Wesentliche Inhalte der Sicherheitsrichtlinie des LRVBW:

- Verkehrs- und Ruderregeln auf Schifffahrtsstraßen
- Empfehlungen für Ruderer und Wassersportler auf Flüssen und Seen
- Verhaltensempfehlungen für kritische Situationen
- Empfehlungen zur Hilfe bei Notfällen beim Wassersport

Die Sicherheitsrichtlinie ist um individuelle Vereinsregeln zu ergänzen. Der Muster-Quelltext kann zur Weiterbearbeitung (als Quelltext) beim LRVBW angefordert werden.

Darüber hinaus widmet der LRVBW dem Thema Sicherheit eine eigene, umfangreiche Rubrik in seinem Internetportal. Eine vergleichbare Ausarbeitung von anderen Rudersportorganisationen ist in Deutschland nicht bekannt. Mit seinem Engagement für die Sicherheit im Rudersport hat der LRVBW damit in Deutschland eine Vorreiterrolle übernommen. Er ist einer der wenigen Landesverbände, die das Thema „**Sicher Rudern**“ aufgegriffen und dazu eigene Ausarbeitungen veröffentlicht haben.

## Was gehört zur Sicherheit im Rudersport?

Die nachstehende Grafik veranschaulicht, worauf zu achten ist, damit Rudern sicher ausgeübt werden kann.

# Peter Roller

Referent für Sicherheit beim LRV BW



Die Sicherheitsbetrachtungen sollten schon beim Betreten des Bootshauses beginnen und beim Verlassen enden. Wer Sicherheit im Rudersport nur für das Wasser betrachtet, schließt wesentliche Unfallursachen im Vereinsleben aus. Häufig gibt es Verletzungen im Bootshaus oder auf dem Bootsplatz, durch hervorstehende Kanten, Schrauben ohne Kappen, defekte Bootsböcke oder -lager, Hindernisse, glatte Flächen in den Sanitärräumen, Mängel bei der Elektroinstallation, Mängel bei der Lagerung von Gefahrstoffen, unsachgemäßer Gebrauch von Werkzeugen. Auch fehlende oder unvollständige Ersthilfekästen sind ein Mangel. Dort wo Vereine Personal beschäftigen, sind sie für die Arbeitsstätte sogar vorgeschrieben.

Aber auch eine vergessene Kopfbedeckung, Trinkflasche oder eine unangemessene Bekleidung können Ursache für Probleme auf dem Wasser sein. Auch medizinische Probleme können während des Ruderns auftreten. Das fängt bei einem Muskelkrampf oder Insektenstich auf dem Wasser an und kann bis zu lebensbedrohlichen Situationen wie einem Atemstillstand gehen. Schnelle, fremde Hilfe kann man auf dem Wasser nicht erwarten. Schon die Alarmierung eines Rettungsdienstes kann schwierig sein. Bis ein Rettungsdienst den Einsatzort auf dem Wasser erreicht, kann es erheblich länger dauern als an Land. Uferwege können oft nicht von Fahrzeugen benutzt werden. Ruderer sind bei Notfällen viel länger auf sich alleine gestellt.

Auch hier kann Vorbeugung essenziell sein. So gehört **in jedes Boot** (auch bei Fahrten im Heimrevier und im Einer) **ein Mobiltelefon** in einem wasserfesten Beutel. Ein Notruf kann ohne Zeitverlust abgesetzt werden. Die Ortung des Geräts kann die Standortbestimmung erleichtern. Die FISA und der DRV haben veröffentlicht, was bei einer Ausfahrt im Boot alles mitzuführen ist.

## Grundlagen für ein sicheres Rudern

Die nächste Grafik veranschaulicht, den Umfang des Themas Sicherheit bei der Ausübung des Rudersports. Ein wesentlicher Punkt ist, Gefahrenstellen im Revier zu kennen und Maßnahmen zu empfehlen, wie darauf reagiert werden kann.



Bei den zu beachtenden Regeln haben gesetzliche Bestimmungen Vorrang vor vereinsinternen Regeln. Doch schon bei den Punkten Vorfahrt, Überholen, Verkehrszeichen, ... kann es bei Ruderern Unsicherheiten geben. Doch hier gelten auf Schiffahrtsstraßen gesetzliche Regeln, die einzuhalten sind. Die wenigsten Ruder- oder Fahrtordnungen behandeln diese Punkte.

## Wie sieht es mit dem Thema Sicherheit in den Vereinen aus?

- Wird jede Ausfahrt von einem **geeigneten** Bootsobmann geleitet?
- Überprüft die Vereinsführung die **Eignung** der Bootsobleute?
- Können die Mannschaften die Befehle des Bootsobmanns umsetzen, wenn z. B. die Gefahr einer Havarie besteht?
- Wie verhält man sich im Ruderboot, wenn z. B. im 2- ein Ruder gebrochen ist, das Boot bis zum Waschbord im Wasser liegt oder ein Ertrinkender Hilfe benötigt?

Dies und vieles mehr ist wichtig für die Sicherheit im Rudersport.

## Was kann im Ernstfall passieren?

Kommt es zu einer schwierigen Situation auf dem Wasser, kann es schnell zu panikartigen Reaktionen in der Mannschaft kommen. Wenn plötzlich der Rumpf eines Motorschiffs gefährlich nahekommt, kann Panik und Angst geeignete Rudermanöver verhindern. Backbord und Steuerbord sind der Mannschaft plötzlich nicht mehr bekannt, jedes Mannschaftsmitglied glaubt besser zu wissen, wie reagiert werden soll. Ein gemeinsames Agieren kann unmöglich werden.

In dieser Situation kommt es entscheidend auf die **Eignung und Führungsfähigkeit des Bootsmanns** an. Im Rahmen der Sicherheitsausbildung ist es ein Ziel, solche Situationen vorzudenken, Maßnahmen zu üben, um Panik im Boot zu vermeiden und diese Situationen beherrschbar zu machen. **Bootsobleute müssen neben der fachlichen Eignung die Fähigkeit besitzen, in gefährlichen Situation die Mannschaft sicher führen zu können und in der Lage sein ihre Weisungen durchzusetzen.** (Gebot der Bin SchStrO)