

Anforderungen für die Rot-Gelb Prüfung (2016)

Prüfkriterien

Rot-Gelb Kategorie A

Kleinboote (Einer/Zweier Ohne bzw. Doppelzweier)

A) Bootshandling (im Rot-Gelb-Einer)

Ein-, Ausheben aus Hängelager (Einer => Frauen zu Zweit!)

Tragen des Bootes, Einsetzen, Abstoßen, Anlanden

B) Bootspflege, Bootskunde (nur wichtigste Einstellkriterien)

C) Ruderordnung/Fahrtordnung

D) Praxistest (im Rot-Gelb-Einer)

Exaktes und technisch gutes Rudern, mit den Testinhalten:

Schlagaufbau, Schweben, Stoppen aus voller Fahrt, Wende über

Back-/Steuerbord; möglichst „stehendes Blatt“

Rot-Gelb Kategorie B

nur Großboote (ab Rot-Gelb-Doppelvierer)

A) Bootshandling (im Doppelvierer)

Ein-, Ausheben des Bootes aus Lager; Tragen und Einsetzen,

Bootskommandos, Steuern inkl. Abstoßen und Anlanden;

B + C wie bei der Kleinbootprüfung

D) Praxistest (im Rot-Gelb-Doppelvierer) wie in Kategorie A

Grundvoraussetzung für alle Aspiranten:

2000 km Lebensruderleistung; 10 Std. Ausbildertätigkeit (ÜL-Bestätigung)

Prüfungskommission: K.-H. Zemmerich (für die Vorstandschaft)

Helmut Volle (Ruderwart) und/oder Bernd Rose (Trainer)

