



Clubhaus

Das Clubhaus ist für jeden zugänglich. Es soll sich hier jeder gerne aufhalten. Das bedeutet aber auch, dass jeder mit anpacken muss, damit das so bleibt. Räume bitte das benutzte Geschirr in die Spülmaschine (ggf. anstellen oder entleeren), reinige deine Gläser und fülle bei Bedarf Getränke im Kühlschrank nach (sollten keine vollen Flaschen mehr da sein, im Container neben dem Vereinshaus gibt es Nachschub. Der Schlüssel hängt am Tresen). Bitte verlasse das Clubhaus und den Umkleideraum genauso, wie Du es vorgefunden hast.

Wir haben eine Reinigungskraft, die in beiden Häusern an drei verschiedenen Tagen in der Woche reinigt. Wenn Du bemerkst, dass der Boden im Umkleideraum oder im Vereinshaus verschmutzt ist, greife kurz zum Besen und Handfeger um durchzufegen.

Gelände

Das Gelände ist von überall einsehbar. Damit wir eventuelle Mitglieder nicht abschrecken, wollen wir es sauber und ordentlich halten. Wir haben zwar einen Hauswart, der sich um vieles kümmert, wir bitten Dich jedoch trotzdem, mit offenen Augen über das Gelände zu gehen. Bitte achte darauf, dass alle Türen und Fenster geschlossen sind, wenn Du als letzter das Gelände verlässt.

Sollten Dir irgendwelche Dinge auffallen, die Du gern ändern würdest oder hast Du Anregungen oder auch Kritik, kannst Du Dich gern an die Terminbetreuer oder auch an uns wenden.

Wir wünschen Dir viel Spaß beim Alster-Ruderverein Hanseat
Dein Vorstand

Alster-Ruderverein Hanseat von 1925 e.V.

Kaemmererufer 30 · 22303 Hamburg · Tel. 040 / 279 08 72 · www.arv-hanseat.de

Stand 05/13 - Fotos © Michael Siemens

Kleines ARV-Hanseat Handbuch Für das tägliche Leben im Ruderverein

Herzlich willkommen im Alster-Ruderverein Hanseat.

Wie jeder Verein sind wir vom Engagement der Mitglieder abhängig, damit das tägliche Leben im Verein klappt. Bei uns werden **alle** Aufgaben ehrenamtlich ausgeführt. Wir versuchen unseren Mitgliedern so viel wie möglich zu bieten, seien es Rudertermine, Wanderfahrten oder sonstige Veranstaltungen. Damit das auch funktioniert gibt es Regelungen, die uns wichtig sind und die von allen beachtet werden sollten.

Wenn wir diese Dinge beachten, sollte dem Ruderbetrieb und einem Vereinsleben mit viel Sport und Spaß nichts mehr im Wege stehen.





Ruderbetrieb

Die Boote sind das wichtigste Material in unserem Verein. Mit ihnen müssen wir sorgsam umgehen. Denn: ohne heile Boote kein Ruderbetrieb. Die Erfahrung hat gezeigt, dass die meisten Bootsschäden durch unsachgemäße Behandlung, Pflege und Lagerung entstehen. Achte bitte mit darauf, dass jeder die Boote richtig behandelt. Bedenke, wir haben nur einen Bootswart, der die Boote in seiner Freizeit repariert.

Damit Du eine Vorstellung davon hast, mit welchen Werten wir hier täglich umgehen:
Ein Gig-Doppelvierer mit Skulls kostet rund 15.000 EUR.

Du kannst jederzeit zu den festen Terminen zum Rudern kommen. Damit es am Bootssteg nicht zu Behinderungen mit zum Beispiel den Trainingsmannschaften kommt, sollten alle Boote zügig auf und nach dem Rudern aus dem Wasser sein.

Das heißt:

- **Ruderbeginn** 18:30 bedeutet 18:30 **umgezogen** am Steg.
- Sobald sich eine Mannschaft gefunden hat, soll sich diese gleich ruderfertig machen und so schnell wie möglich ablegen.
- Der Terminbetreuer sollte möglichst mit dem letzten Boot den Steg verlassen und dafür sorgen, dass die Halle geschlossen ist sowie den Zugang zur Halle für das erste ankommende Boot gewährleisten.
- Nach dem Anlegen bitte das Boot sofort aus dem Wasser nehmen, damit der Steg frei wird. Das heißt: Boot erst heraustragen und dann reinigen alle die Rollbahnen. Die Mannschaft hilft gemeinsam. Danach das Boot drehen, ein Teil der Mannschaft reinigt das Boot von außen, der andere Teil kümmert sich um die Skulls, Kissen, Lampe etc. und trägt die Mannschaft im Fahrtenbuch aus.
- Wenn Du an Booten oder anderem Material Schäden entdeckst, sage es bitte dem Terminbetreuer, der es in das Fahrtenbuch und dem Buch neben dem PC einträgt.
- Sollte das ankommende Boot das letzte sein, kann es auch am Steg gereinigt werden.

Achte bitte mit darauf, dass die Reihenfolge nach dem Anlegen eingehalten wird, weil wir dies auch in der Anfängerausbildung vermitteln.

Bootspflege

Zur täglichen Bootspflege gehören:

- Reinigen der Rollbahnen mit einem feuchten Fliegenschwamm und einem trockenen Tuch
- Reinigen der Skulls
- Boot von außen abspülen und trocken wischen
- Wenn im Boot größere Verunreinigungen sind, bitte auch diese Säubern

Fortbildung

Die Alster und Elbe sind Hafengewässer für die bestimmte Regeln gelten. Daher sollte jeder nach Eintritt in den Verein einen Steuerlehrgang machen, der immer am Anfang des Jahres angeboten wird. Hier werden die Regeln auf Gewässern mit Berufsverkehr sowie die Verkehrszeichen erlernt. Die Nichtteilnahme an einem Steuerlehrgang entbindet euch nicht vom Steuern im täglichen Ruderbetrieb.

Die Regelungen zur Fahrtordnung auf dem Gewässer findest Du in der Vereinssatzung.

Arbeitsstunden

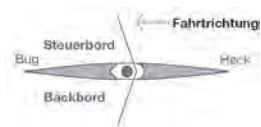
Damit jeder sich am Vereinsleben beteiligt, gibt es eine bestimmte Zahl an Arbeitsstunden. Diese können mit jeder Tätigkeit erbracht werden, die dem Vereinsleben und -zweck dienen, z.B.: Wanderfahrten organisieren, Terminbetreuung, Ausbildung, Termine im Winter betreuen, Hilfe beim An-/Abrudern oder dem Sommerfest. Wenn Du selbst Ideen hast, sprich bitte die Terminbetreuer an oder schreibe eine Email an den Vorstand.

Bootshaus

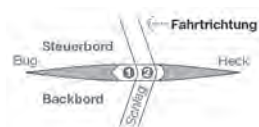
Das Bootshaus ist ziemlich voll gestellt. Da ist es wichtig, dass alles an seinem Platz liegt und der wenige freie Raum nicht zugestellt wird. Wenn Du siehst, dass z.B. Skulls am falschen Platz hängen oder irgendwelche Sachen im Weg stehen, sprich die Terminbetreuerin oder den Terminbetreuer an oder regele das in Eigenregie.

Die kleine Ruderkunde Bootsklasse Skullboote

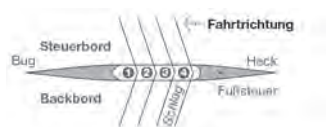
Einer – Skiff – 1x



Doppelzweier – 2x ohne Steuermann

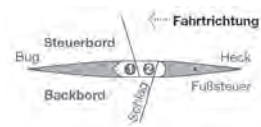


Doppelvierer – 4x ohne Steuermann

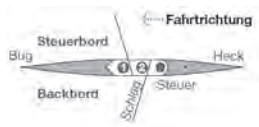


Bootsklasse Riemenboote

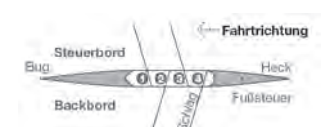
Zweier – 2- ohne Steuermann



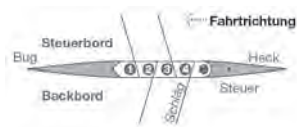
Zweier – 2+ mit Steuermann



Vierer – 4- ohne Steuermann



Vierer – 4+ mit Steuermann



Achter – 8+ mit Steuermann



Die Bootsklassen gelten allgemein im DRV und seinen Mitgliedsvereinen. Bei den Gig-Booten wird lediglich das Wort „Gig“ der Bootsbezeichnung vor- und der Kurzbeschreibung nachgestellt, wie z.B. „Gig-Achter mit Steuer - 8+ Gig“. Bei den Gig-Skullbooten gibt es auch noch die Zwischengrößen wie Gig-Doppeldreier mit/ohne Steuermann, Gig-Doppel-sechser mit Steuermann.

Bootsklassen – Aufstellung

14 olympische Bootsklassen

Disziplin Skull – Männer

Einer (M1x)
Doppelzweier (M2x)
Leichtgewicht-Doppelzweier (LM2x)
Doppelvierer (M4x)

Disziplin Skull – Frauen

Einer (W1x)
Doppelzweier (W2x)
Leichtgewichts-Doppelzweier (LW2x)
Doppelvierer (W4x)

Disziplin Riemen – Männer

Zweier ohne Steuermann (M2-)
Vierer ohne Steuermann (M4-)
Leichtgewicht-Vierer ohne Steuermann (LM4-)
Achter mit Steuermann (M8+)

Disziplin Riemen – Frauen

Zweier ohne Steuerfrau (W2-)
Achter mit Steuerfrau (W8+)

7 nichtolympische Bootsklassen

Disziplin Skull – Männer

Leichtgewicht-Einer (LM1x)
Leichtgewicht-Doppelvierer (LM4x)

Disziplin Riemen – Männer

Leichtgewicht-Zweier ohne Steuermann (LM2-)
Zweier mit Steuermann (M2+)
Leichtgewicht-Achter mit Steuermann (M8+)

Disziplin Skull – Frauen

Leichtgewicht-Einer (LW1x)
Leichtgewicht-Doppelvierer (LW4x)

Disziplin Riemen – Frauen

Vierer ohne Steuerfrau (W4-)



Leistungsklassen

Leistungsgruppe III

Wer im In- und Ausland in Hauptrennen bis zum Meldeschluss der Regatta noch keinen Sieg errungen hat.

Leistungsgruppe II

Wer im laufenden oder vorangegangenen Kalenderjahr noch nicht fünf Siege errungen hat.

Leistungsgruppe I

Wer im laufenden oder vorangegangenen Kalenderjahr fünf oder mehr Siege errungen hat. Auf die Zugehörigkeit zu den Leistungsgruppen der Männer/Frauen bleiben Siege in Rennen der Junioren ohne Einfluss. Auf die Zugehörigkeit zu den Leistungsgruppen der Junioren A bleiben Siege in Rennen der Junioren B ohne Einfluss.

Gewichtsklassen – Leichtgewichte

	Durchschnittsgewicht der Mannschaft ohne Steuermann	Einzelgewicht und Gewicht des Einerruders
Männer	70,0 kg	72,5 kg
Junioren A	65,0 kg	67,5 kg
Junioren B	62,5 kg	65,0 kg
Frauen	57,0 kg	59,0 kg
Juniorinnen A	55,0 kg	57,5 kg
Juniorinnen B	52,5 kg	55,0 kg
Jungen, 14 Jahre	55,0 kg	Mädchen, 14 Jahre 52,5 kg
Jungen, 13 Jahre	50,0 kg	Mädchen, 13 Jahre 50,0 kg
Jungen, 12 Jahre	45,0 kg	Mädchen, 12 Jahre 45,0 kg

Für Steuerleute gelten folgende Mindestgewichte

Männer, Junioren: 55 kg; Frauen, Juniorinnen, Mixed-Rennen: 50 kg

Mindergewicht darf bis zu 10 kg ausgeglichen werden. Jungen und Mädchen: keine Beschränkung

Regattabahn – Streckenlängen

Normalstrecken – Rennen

Männer, Frauen, Junioren A	2.000 m
Junioren B	1.500 m
Masters, Gig – Rennen	1.000 m
Jungen und Mädchen	500–1.000 m

Langstreckenregatta

ab Junioren	mind. 4.000 m
Jungen und Mädchen	2.000–3.500 m

Sprintregatta

ab Junioren	mind. 300 m und max. 500 m
-------------	----------------------------

Informationsquellen

www.worldrowing.com

www.rudern.de

www.arv-hanseat.de