

Name: _____

Verein: _____

Altersklasse: _____

Datum: _____



Auswertung

richtig beantwortete Fragen _____

falsch beantwortete Fragen _____

nicht beantwortete Fragen _____

1 Nenne 3 erfolgreiche Ruderer/innen aus Sachsen-Anhalt !

- a) _____
- b) _____
- c) _____

2 Wie lang ist ein Einer ?

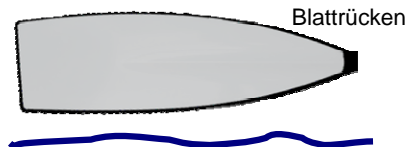
- ca. 6 m
- ca. 8 m
- ca. 10 m

3 Welches Verhältnis haben die Bewegungsphasen beim Rudern ?

- 1:1 - Durchzug 1; Freilauf 1
- 1:2 - Durchzug 1; Freilauf 2
- 1:3 - Durchzug 1; Freilauf 3

4 Zeichne schematisch die Blattsymbolik deines Heimatvereins und beschrifte alle Farben !

Bsp. Deutschland



5 Wie wird die linke Seite eines Bootes in Fahrtrichtung bezeichnet ?

- Backbord
- Steuerbord
- Waschbord

6 Du ruderst, welche Bootsseite ist dann links von dir ?

- Backbord
- Steuerbord
- Waschbord

7 Welche Seite muss höher getrimmt sein ?

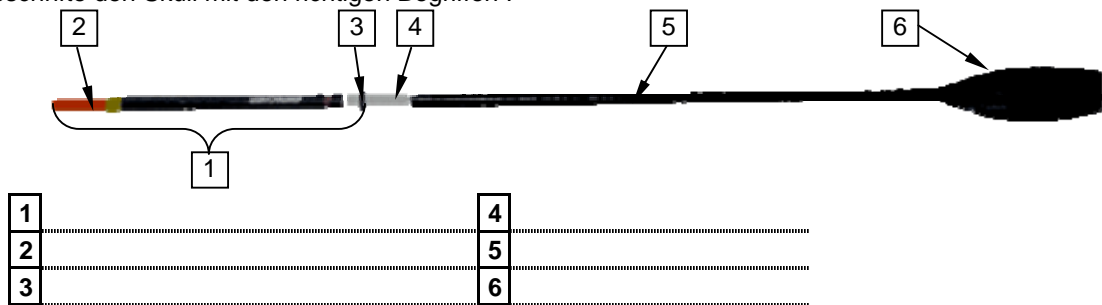
- Backbord
- Steuerbord
- beide gleich

8 Mit welchem Kommando wird ein Rennen gestartet ?

- Achtung - Fertig - Los
- Achtung - Los
- Fertig - Los

- 9 Wofür braucht man Reißleinen an den Schuhen ?
- Um nach einer Kenterung daran zu ziehen, wodurch sich ein Rettungsring aufbläst
 - Um nach einer Kenterung leichter aus den Schuhen zu kommen
 - Reißleinen sind am Reißverschluss der Schuhe, um sie leichter zu öffnen
- 10 Wie verhältst du dich nach einer Kenterung ?
- Sofort ans Ufer schwimmen
 - Auf das Boot legen und probieren ans Ufer zu paddeln
 - Probieren das Boot in Schwimmlage zu drehen und wieder einzusteigen
- 11 Was sind Elemente der Technikstufe 1 ?
- Handklascht über Kopf
 - Wende über Backbord
 - Regattastart
 - Kniebeuge im Boot
 - Aus dem Boot springen und wieder einsteigen
 - Gegenrudern
- 12 Was tust du, bevor du dein Boot in die Bootshalle legst ?
- Dollen schließen
 - Dollen nach innen drehen
 - Luftkästen in Bug und Heck öffnen
- 13 Was tust du, wenn du auf dem Wasser trainierst und es beginnt zu gewittern ?
- Du suchst dir einen Baum und versuche mich darunter vor dem Regen zu schützen
 - Du fährst deine Trainingseinheit etwas schneller zu Ende
 - Du wendest sofort und legst unverzüglich am Steg an
- 14 Wie weit bewegt sich das Blatt deines Skulls während eines Schlages im Verhältnis zum Ufer im Wasser ?
- 0,1...0,4 m
 - 0,7...1,3 m
 - 2..3 m
- 15 Welche Funktion hat die Heckflosse an deinem Boot ?
- Sie sorgt dafür, dass das Boot nicht so leicht kippelt
 - Sie sorgt dafür, dass das Boot besser über Wellen gleitet
 - Sie sorgt dafür, dass das Boot besser geradeaus fährt

16 Beschrifte den Skull mit den richtigen Begriffen !



- 17 Was tust du nach dem Kommando "Steuerbord über" ?
- Du ruderst mit dem Steuerbordskull kräftiger und bewegst damit das Boot nach Backbord
 - Du ruderst mit dem Backbordskull kräftiger und bewegst damit das Boot nach Steuerbord
 - Du kannst ein anderes Boot Steuerbord überholen
- 18 Wie wird der Ruderverband Sachsen-Anhalts abgekürzt ?
- RuSA
 - RVSA
 - RVS-A
- 19 Wie heißt dein Ruderverein/ -club mit vollständigem Namen ?
-

20 Wie heißt der Vorstandsvorsitzende in deinem Verein ?

.....