

Green Card

Was ist eine Green Card und wie wird sie definiert:

Es ist die Berechtigung, ohne Begleitung von erfahrenen Ruderern die im Clubbetrieb stehenden schmalen Boote zu benützen.

1. Wer muss zur Erlangung der „Green Card“ die Prüfung ablegen?

Alle zukünftigen Teilnehmer der Migroskurse und die Teilnehmer dieser Kurse der Jahre 2003 und 2004, sowie Neumitglieder, welche in diesen beiden Jahren mit Rudern begonnen haben. Ausgenommen sind Neumitglieder im Juniorenalter.

Die TK empfiehlt die Ablegung der Prüfung auch für die erwachsenen Mitglieder, welche schon länger rudern und sich im Umgang mit den schmalen Booten unsicher fühlen.

2. Wer wird zur Prüfung zugelassen?

Alle welche nach Absolvierung des Migroskurses mindestens 200 km gerudert haben.

Es wird empfohlen, zur Vorbereitung auch in schmalen Booten, zusammen mit erfahrenen Ruderern, Ausfahrten zu machen und sich die Prüfungsinhalte zu Land und zu Wasser, sei es mit erfahrenen Ruderern und/oder in der Ruderschule, anzueignen.

3. Prüfungsinhalt

Die Prüfung ist in drei Teile gegliedert. Alle drei Teile müssen für das Bestehen der Prüfung erfüllt werden.

a) Theoretische Kenntnisse:

- Die wichtigsten Bestandteile von Boot und Ruder benennen können, wie: Bug, Heck, Steuer- und Backbord, Rollsitze, Stemmbrett, Dolle, Riemen, Skull, Klemmring etc., Kommandos.
- Inhalt der Seclub-Sicherheitsbestimmungen inklusive Kenntnis Sturmwarnung und kritische Wettersituationen auf dem Bielersee (Gewitter, Bergwind, aufkommender Westwind).
- Verkehrsregeln: Vortrittsregeln, Fahrordnung unter Ruderern.

b) Praxis zu Land: „Weg und Steg“

- Gemäss den im Papier „Weg und Steg“ festgelegten Abläufen sowohl Doppelzweier wie Vierer und die zugehörigen Ruder vom Bootsplatz im Haus korrekt ein- und auswassern sowie inklusive Bootspflege wieder versorgen können.
- Nachweis über Kenntnis der je nach Bootsplatz unterschiedlich anzuwendenden Bootstragarten (Bsp. Biber bzw. Barrakuda).

c) Praxis zu Wasser (Doppelzweier oder Doppelvierer)

- Manöver: Wenden über Back- und Steuerbord
Stoppen aus der Fahrt auf Kommando
- Geradeausfahrt; auf Kommando Kurve nach Back- und nach Steuerbordausführen können.
- In gleichmässigem Rhythmus gemeinsam eine längere Strecke (Bsp. Ipsach – Barkenhafen) ohne Unterbruch rudern. Die Bewegungsstruktur sollte erlauben „ohne zu stören“ mitrudern zu können.

4. *Wer nimmt die Prüfung ab?*

Lehrer der Ruderschule, TK-Mitglieder und/oder Profitrainerin. Nach Voranmeldung, kostenlos, es werden keine bestimmten Daten fixiert.

5. Es wird eine Auszeichnung (Diplom) abgegeben und eine Liste geführt.